

**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Comunicación y Artes Contemporáneas**

**Alimentación saludable en los niños trabajadores de la  
Unidad Educativa Fiscomisional San Patricio  
Proyecto de investigación**

**Valentina Matus Lufer  
Lorena Elizabeth Lara Cárdenas**

**Comunicación Organizacional y Relaciones Públicas**

Trabajo de titulación presentado como requisito  
para la obtención del título de  
Licenciada en Comunicación Organizacional y Relaciones Públicas

Quito, 15 de diciembre de 2017

Universidad San Francisco de Quito USFQ  
Colegio Comunicación y Artes Contemporáneas

**HOJA DE CALIFICACIÓN  
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**Alimentación saludable en los niños trabajadores de la Unidad Educativa  
Fiscomisional San Patricio**

**Valentina Matus Lufer**

**Lorena Elizabeth Lara Cárdenas**

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico  
Organizacional e Institucional

Gabriela Falconí, M.A. Comunicación Periodística,

Firma del profesor

---

Quito, 15 de diciembre de 2017

## Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: \_\_\_\_\_  
Nombres y apellidos: Valentina Matus Lufer  
Código: 00118726  
Cédula de Identidad: 1723939664

Firma del estudiante: \_\_\_\_\_  
Nombres y apellidos: Lorena Elizabeth Lara Cárdenas  
Código: 00111165  
Cédula de Identidad: 1725699613

Lugar y fecha: Quito, 15 de diciembre de 2017

## RESUMEN

Los niños en situación de calle se ven forzados a trabajar, estando expuestos a muchos peligros, incluso llegando a arriesgar sus vidas con el fin de llevar dinero a sus hogares. A esto se suma, que muchos de ellos no sólo son explotados laboralmente, sino también físicamente por parte de quienes los someten cumplir con esta obligación. Es por ello, la relevancia de este tema; pues la mayoría de esos niños desconocen sus derechos y son privados de tener un desarrollo digno en su infancia.

Como consecuencia de esta realidad, la mayoría de los niños en situación de calle no pueden acceder a una adecuada alimentación, siendo ésta sumamente importante en su etapa de desarrollo. Una mala nutrición puede ocasionar varios problemas de salud y los niños que viven en estas condiciones se adaptan y consumen lo que pueden, más no lo que deberían, trayendo como resultado complicaciones que les afectarán en un futuro.

Palabras clave: Nutrición, trabajo infantil, niños, pobreza, malnutrición.

## ABSTRACT

Children in street situations are forced to work, being exposed to many dangers, even risking their lives in order to take money home. To this is added that many of them are not only exploited laborly, but physically by those who submit to comply with this obligation. That is why the relevance of this topic; because most of these children are unaware of their rights and are deprived of having a decent development in their childhood.

As a consequence of this reality, most street children cannot access adequate food, which is extremely important in its development stage. Poor nutrition can cause several health problems and children who live in these conditions adapt and consume what they can, but not what they should, resulting in complications that will affect them in the future.

*Key words:* Nutrition, child labor, children, poverty, malnutrition

## TABLA DE CONTENIDO

Definiciones.....	8
Introducción.....	8
Desarrollo del Tema.....	10
El trabajo infantil como problema socio económico.....	11
Índice de cumplimiento de los derechos de los niños .....	11
Historia del trabajo Infantil en Ecuador .....	12
Marco legal nacional respecto al trabajo infantil .....	14
Datos del INEC sobre el trabajo infantil.....	18
Investigación cuantitativa.....	21
Condiciones de trabajo de los niños.....	22
Causas del trabajo infantil en Ecuador.....	24
Peligros y consecuencias del trabajo infantil y la mala alimentación.....	26
La malnutrición como problema social.....	27
Marco legal de nutrición en Ecuador .....	28
Datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición.....	29
Insuficiencia nutricional en Ecuador.....	30
Peligros de la malnutrición infantil.....	32
Factores de riesgo de una mala nutrición.....	33
Alimentación saludable para los niños en situación de calle.....	36
Campaña Más Quito, Más Nutrición.....	37
Línea de base .....	38
Antecedentes.....	41
Justificación.....	44
Objetivos .....	45
Informe de actividades.....	47
Resultados alcanzados e impacto de las actividades.....	52
Conclusiones .....	60
Referencias bibliográficas.....	64
Anexo A: Modelo encuesta .....	67

## ÍNDICE DE FIGURAS

**Figura #. 1 Índice de cumplimiento de los derechos de los niños página 11**

**Figura #. 2 Trabajo infantil por provincias página 19**

## ÍNDICE DE TABLAS

**Tabla #. 1 Sectores con mayor cantidad de mano de obra infantil página 20**

**Tabla No. 2 Clipping página 55**

**Tabla N0. 3 Presupuesto de campaña página 59**

## DEFINICIONES

El Fondo Internacional de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) define trabajo infantil como “toda actividad laboral, remunerada o no, realizada por niños y niñas menores de 15 años, que entorpezca su proceso educativo o afecte su salud y desarrollo integral”.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define la nutrición como: “La ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud. Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad”.

## INTRODUCCIÓN

El trabajo infantil es una realidad latente en algunos países y cada vez se acelera la acción contra este tipo de trabajo. A nivel mundial hay 168 millones de niños que siguen siendo víctimas de esta situación y cerca de 75 millones de jóvenes entre 16 y 24 años que no encuentran trabajo (OIT, 2015). De igual manera hay muchos más que deben conformarse con trabajos que no les ofrecen un ingreso justo, seguridad laboral, protección social y otros beneficios. Como consecuencia de esta realidad niños y adolescentes deben enfrentarse a situaciones en las que no puede ejercer plenamente sus derechos, dejando secuelas desde fue infancia. Uno de los mayores problemas por lo que tienen que atravesar estos niños y adolescentes es la mala nutrición, viéndose expuestos a una serie de futuras consecuencias perjudiciales para su salud.



Los niños que se ven forzados a trabajar están expuestos a muchos peligros, incluso llegando a arriesgar sus vidas con el fin de llevar dinero a sus hogares. A esto se suma, que muchos de ellos no sólo son explotados laboralmente, sino físicamente por parte de quienes los someten cumplir con esta obligación. Es por ello, la relevancia de este tema; pues la mayoría de esos niños desconocen sus derechos y son privados de tener un desarrollo digno en su infancia (Del Águila & Ramírez, 2010).

Además de los peligros antes mencionados, los niños en la calle en su mayoría no pueden acceder a una adecuada alimentación. El Representante de UNICEF (2014) sostiene que “el tipo de alimentación que recibe una persona en sus primeros años determina en gran medida su calidad de vida en la adultez”. Una mala nutrición puede ocasionar varios problemas de salud y los niños que viven en estas condiciones se adaptan y consumen lo que pueden, más no lo que deberían, trayendo como resultado complicaciones que les afectarán en un futuro.

Actualmente, nuestra sociedad enfrenta dos grandes problemas de malnutrición: por un lado, la nutrición excesiva y por otro, la desnutrición. Tomando en cuenta que, en el año 2012, un 25,3% de los niños ecuatorianos entre 0 y 5 años sufrió de desnutrición, esto se convirtió en una preocupación de salud pública.

Debido a que la nutrición y la alimentación tiene relación con los aspectos socioculturales, ambientales y biológicos, el desarrollo de los niños en sus primeros años de vida está estrechamente ligado a dichos aspectos. La educación juega un papel importante en este sentido ya que es una herramienta por la cual se puede formar a los niños para tener buenos y saludables hábitos alimenticios. Tanto los padres como la escuela cumplen un papel importante en la enseñanza de los niños a nivel intelectual y la adquisición de diferentes hábitos.

El presente trabajo busca abordar la problemática del trabajo infantil y una de las consecuencias que éste trae: la malnutrición de los niños en situación de calle. Basándonos en antecedentes mundiales y nacionales, se buscará abordar el tema “Alimentación saludable en los niños trabajadores”, bajo la campaña social “Más Quito, Más Nutrición. Por medio de una campaña de concientización se espera mejorar la nutrición de los niños en situación calle, trabajando estrechamente con los educadores y padres de familia.

## **DESARROLLO**

### **1. El trabajo infantil como problema socioeconómico**

El trabajo infantil es un problema presente y un fenómeno que preocupa a la sociedad dado que actúa en “detrimento de uno de los grupos más vulnerables de la población” (Amar & Madariaga, 2009: 26). Una de sus principales consecuencias es la del impedimento para que los niños satisfagan sus necesidades innatas de recreación. Además, el trabajo interrumpe el ciclo normal de vida de los niños y niñas, “generando procesos de adultización y ruptura de la relación familiar y con sus pares” (INEC, 2015) lo cual traerá problemas a futuro de diferente índole.

Claudia Tobar, Máster en Educación especial e infantil, afirma que los padres educados tienden a no repetir el ciclo del trabajo infantil con sus hijos. El trabajo infantil es un proceso transgeneracional. El hecho de que los padres manden a sus hijos a trabajar no es con una mala intención o sólo por ganar dinero, sino que no conocen otra opción. Crecieron en ese ciclo y no saben cómo salir de él. Los padres no sólo buscan el beneficio personal, sino que hay un objetivo de familia de poder sobrevivir.



El Ecuador es uno de los países en los que más ha disminuido la situación del trabajo infantil en los últimos años. Hasta julio de 2011, pudo desvincular a 2160 niños y adolescentes del trabajo en botaderos de basura; siendo el primer país en Latinoamérica en erradicar el trabajo infantil en estos espacios (Ministerio Coordinador de Desarrollo Social). Sin embargo, la problemática del trabajo en menores sigue siendo latente, pues no se ha podido erradicar por completo en todos sus niveles. Además de eso, todavía existen brechas culturales en cuanto al sistema educativo la salud y las condiciones de vida en las que viven varias familias. Se dice que “la presencia de niñas, niños y adolescentes en las calles, entre otros factores, se explica por las condiciones de pobreza y extrema pobreza de la mayoría de la población y las limitadas oportunidades de subsistencia que ofrecen los espacios públicos en las ciudades, en donde realizan actividades de economía informal” (Fundación Proyecto Salesiano Ecuador, 2016).

### **3. Historia del trabajo Infantil en Ecuador**

La situación de calle en niños y adolescentes tuvo origen en “la década del 60’, cuando el Instituto Ecuatoriano de Reforma Agraria y Colonización (IERAC) intervino en el campo procurando eliminar los latifundios y los huasipungos. Como consecuencia, los trabajadores, en su mayoría indígenas, se iban quedando sin los patronos, no poseían capital para producir la tierra, y, por tanto, las comunas se tuvieron que reorganizar. Estos cambios en el campo ocasionaron desempleo y migración hacia las grandes ciudades donde las personas esperaban conseguir trabajo de lo que sea y en donde sea. Estas fueron las razones por las que se dio inicio al fenómeno del trabajo infantil en las calles de Ecuador. Había quienes trabajaban con sus padres y otros niños que lo hacían por cuenta propia; algunos durante el día y otros en la

noche. Los lugares en donde se empezaron a situar fueron a la salida de los lugares de entretenimiento, restaurantes, centros comerciales y en las principales avenidas de la ciudad.

Otro antecedente para que niños y adolescentes hicieran de “las calles un espacio de vida cotidiana, era el sistema represivo institucionalizado que decía abiertamente “la letra con sangre entra”: el maltrato físico y psicológico se daba en las escuelas y en las familias de la zona urbana y rural. Este tipo de maltrato provoca la deserción escolar y la fuga de los niños de sus hogares, pues era preferible “la libertad sin maltrato antes que el pan con palo” (Fundación Proyecto Salesiano, 2016).

La convención sobre los Derechos del Niño, aprobada en 1989, fue una de las iniciativas más importantes, que permitiría que la temática del trabajo infantil vaya tomando importancia en diferentes organismos internacionales, tales como: la Organización Internacional del Trabajo y, en general, en el sistema de las Naciones Unidas. Sin embargo, no fue sino hasta el siguiente año, en 1990, cuando Ecuador ratificó la convención de ONU sobre los derechos del niño “a estar protegido contra la explotación económica y contra el desempeño de cualquier trabajo que pueda ser peligroso o entorpecer su educación, o que sea nocivo para su salud o para su desarrollo físico, mental, espiritual, moral o social” (Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño, 1990).

La razón de que esta acción continúe vigente 27 años es que no se ha logrado erradicar por completo el trabajo de los menores. Éste trae repercusiones negativas, no solo al individuo que lo sufre, sino al país donde esta realidad se manifiesta. El Dr. José Rosero, Director Ejecutivo INEC, expone “Ha sido ampliamente comprobado que el trabajo infantil tiene repercusiones negativas en el desarrollo de las personas, y perpetúa las situaciones de pobreza de los hogares que se ven obligados a acudir a la mano de obra infantil por la escasez

de recursos. Las niñas, niños y adolescentes son un inmenso potencial que sólo se realizará si sus presentes les permiten disfrutar de cada etapa de la vida a plenitud” (2015).

Aunque Ecuador es uno de los países de América latina con menor porcentaje de trabajo infantil en comparación con Guatemala, Paraguay, Perú, Bolivia y Colombia, según la Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo (ENEMDU, 2017), el porcentaje de niños, niñas y adolescentes ecuatorianos “de 5 a 17 años de edad, que trabajan pasó del 12,5% en 2007 al 8.56% en 2012”. A pesar de haber una reducción significativa en el trabajo infantil, la Primera Encuesta Nacional de Trabajo Infantil realizada en el 2012 muestra cifras que no dejan de ser alarmantes.

#### **4. Marco legal nacional respecto al trabajo infantil**

El Gobierno ecuatoriano define el trabajo infantil como “aquellas actividades que realizan los niños y niñas que estuviesen comprendidas en la frontera de producción (específicamente aquellas incluidas en el Sistema de Cuentas Nacionales SCN), es decir, actividades que generen producción para el intercambio. Adicionalmente, se incluye el trabajo doméstico no remunerado (que incluye la producción “no económica” de limpieza, preparación de alimentos y cuidados) y la producción económica no comercial que es aquella destinada al autoconsumo”. Esta definición expuesta por el Gobierno se plantea diferente a aquella propuesta por la OIT, pues la OIT no toma en cuenta el trabajo doméstico, cuidado personal y de otras personas, como hermanos, primos, etc.

Según la UNICEF Ecuador, el trabajo infantil hace referencia a la población entre 5 y 14 años que está involucrada en actividades laborales (2015). Se considera que un niño está en trabajo infantil bajo la siguiente clasificación:

1. Niños y niñas entre 5 y 11 años que trabajaron al menos una hora semanal en alguna actividad económica o al menos 28 horas semanales en trabajo doméstico.
2. Niños y niñas entre 12 y 14 años que trabajan al menos 14 horas semanales en actividades remuneradas, o al menos 28 horas semanales en actividades domésticas.
3. Adicionalmente, incluye el trabajo adolescente que abarca a la población entre 15 y 17 años que dedica al menos 43 horas a actividades remuneradas o al trabajo doméstico. En este último caso, el Gobierno ha hecho que existan regulaciones y leyes que permiten que un adolescente, a partir de los 15 años pueda trabajar legalmente.

Consideramos oportuno mencionar las disposiciones con las que el Código de la Niñez y Adolescencia (CNA) se maneja. En primero lugar, se define como “edad mínima para el trabajo los 15 años, considerando todo tipo de trabajo incluyendo el servicio doméstico”. Segundo, en el caso del “trabajo adolescente, se plantea un límite de 6 horas diarias a la jornada laboral durante 5 días a la semana, siempre que no perjudique el derecho a la educación y cumpla con todas las garantías legales y laborales, como mecanismos para proteger su integridad y garantizar su desarrollo”.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU), en la convención de los Derechos del niño, reconoce el derecho a estar protegido contra la explotación económica y contra el desempeño de cualquier trabajo que pueda ser peligroso o entorpecer su educación. Según UNICEF Ecuador (United Nations International Children's Emergency Fund), para que un niño tenga un desarrollo adecuado en su niñez, éste debe incluir “formación, educación, salud y cuidados, así como recreación, juego y relacionamiento familiar” (2015). No obstante, el trabajo infantil resulta ser un impedimento para el acceso libre y pleno de las necesidades y derechos de los infantes.

El marco legal nacional, está conformado principalmente por la Constitución de la República (2008) y el Código de la Niñez y Adolescencia; otras leyes conexas son el Código Civil, Ley Orgánica para los Consejos de Igualdad, Ley de Régimen Municipal y Parroquial, Ley contra la Violencia a la mujer y a la Familia, Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI). En el art. 44 de la Constitución del Ecuador (2008) se expone lo siguiente:

El Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y asegurará el ejercicio pleno de sus derechos...Los niños y adolescentes tendrán derecho a su desarrollo integral, entendido como proceso de crecimiento, maduración y despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad.

Así mismo, en el art. 45 de la Constitución del Ecuador (2008):

Los niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad; a ser consultados en los asuntos que les afecten; a educarse de manera prioritaria en su idioma y en los contextos culturales propios de sus pueblos y nacionalidades.

Continuando, en el artículo 46 de la Constitución del Ecuador se menciona que el Estado asegurará una “protección especial contra cualquier tipo de explotación laboral o económica. Se prohíbe el trabajo de menores de quince años, y se implementarán políticas de erradicación progresiva del trabajo infantil” (2008).



Por su parte, el Estado tiene la obligación principal de:

Asegurar, respetar, proteger y satisfacer el derecho a la educación, aún en condiciones de emergencia. Cuando, por una emergencia, las capacidades y recursos del Estado se ven limitados y no es posible cumplir con esta responsabilidad, la comunidad internacional, en el marco de sus compromisos legales, puede responder a las necesidades integrales de las personas. Esta debe incluir la asistencia educativa como parte de la ayuda humanitaria emergencia (INEC, 2015).

La política del Ecuador tiene como objetivo erradicar o por lo menos mejorar la situación del trabajo infantil en el país. Esto se basa en convenios como: la Convención sobre los Derechos del Niño, los Convenios de la OIT 182 que hablan acerca de las peores formas de trabajo y 138 sobre la edad mínima para laborar. Además, UNICEF en Ecuador, brinda la “asistencia técnica y abogacía para que la sociedad ecuatoriana cuente con marcos legales orientados a garantizar la exigibilidad de los derechos de la niñez y la adolescencia”, para que se respeten los principios constitucionales y los derechos humanos, que ha suscrito el Estado ecuatoriano. “UNICEF, en el marco del Plan Nacional de Erradicación del Trabajo Infantil y en coordinación con el Ministerio de Coordinación de Desarrollo Social-MCDS, el Ministerio de Inclusión Económica y Social-MIES y el Instituto de la Niñez y la Familia-INFA, el Ministerio de Relaciones Laborales, organismos públicos y privados y OIT, se ha comprometido con los esfuerzos para erradicar el Trabajo Infantil” (UNICEF, 2009).

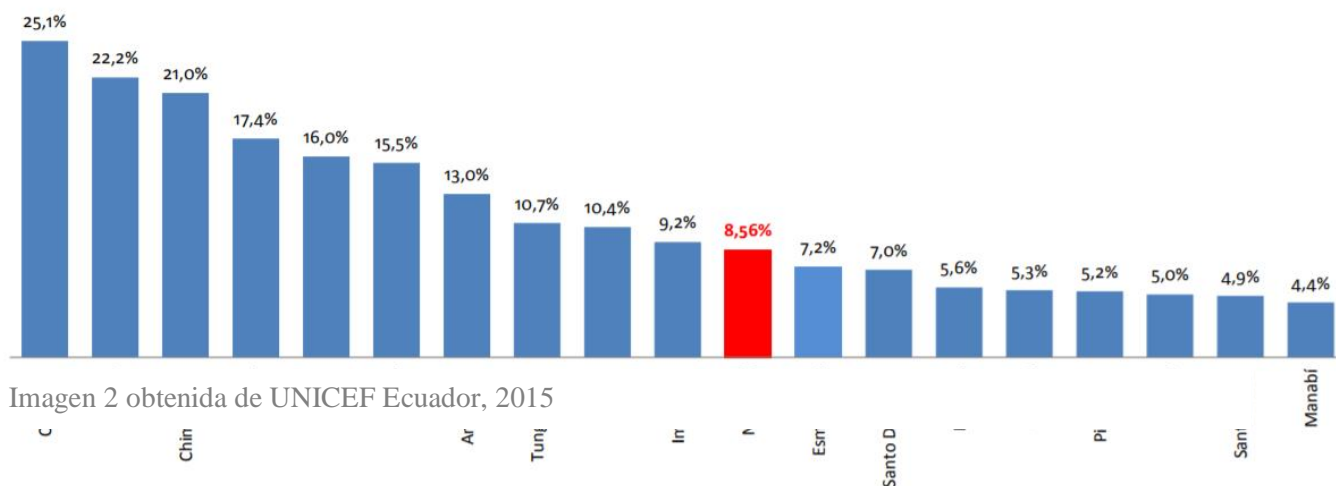
## **5. Datos del INEC sobre el trabajo infantil**

A continuación, se presentan algunos de los datos más alarmantes, recopilados del Instituto Nacional de Estadística y Censos INEC en la Encuesta Nacional de Trabajo Infantil 2012, que abordan a esta problemática:

- Se estima que el 8.56% de los niños, niñas y adolescentes entre los 5 y 17 años trabaja. Esto equivale a aproximadamente 360 000 niños, niñas y adolescentes. La prevalencia del trabajo infantil aumenta con la edad (5 a 11 años: 4.2%; 12 a 14 años: 11.9%; 15 a 17 años: 15.7%).
- En el sector rural este indicador se ubica en el 15.5%, mientras que en el urbano disminuye al 4.3%. Entre los indígenas, el porcentaje sube al 29%. De todos los niños y niñas trabajadores, el 56% está involucrado en trabajo infantil peligroso. Esto equivale a 200.000 niños, niñas y adolescentes, aproximadamente. El 66,2% de este grupo está formado por hombres.
- El 5% de niñas que no trabajan ni estudian son empleadas domésticas sin remuneración
- La población infantil indígena que trabaja es del 29%
- Al menos 3000 niños entre 6 y 11 años dejaron de estudiar por trabajar

“En términos generales, la pobreza hace referencia a una carencia o insuficiencia de recursos y oportunidades para acceder a un grupo de necesidades básicas” (Molina, Cabrera, Moreno, et. al, 2014). Un 82% de los niños trabajadores del Ecuador proviene de un hogar en donde hay situación de pobreza y sus necesidades básicas no son satisfechas. Entonces, el trabajo infantil tiene una estrecha relación con las malas condiciones de vida. En donde hay mayor incidencia de trabajo infantil es en la zona centro sur de la Sierra ecuatoriana y las provincias en donde se encuentra mayor presencia de esto son: Cotopaxi, Bolívar y Chimborazo, con un 20% a 25% de incidencia (UNICEF, 2015).

### Trabajo infantil según Provincias



Fuente: Encuesta Nacional de Trabajo Infantil - ENTI

Las investigaciones realizadas por la Fundación Proyecto Salesiano Ecuador indican que las zonas en donde hay mayor incidencia de trabajo infantil en el Distrito Metropolitano son, en el norte: Pisulí, La Roldós, Atucucho; en el centro: Santos Pamba, Santo Tomás, Guamaní, San Fernando y Paquisha; y en el sur: La Marín, Toctiuco, La Forestal, La Ferroviaria.

En vista de que la pobreza es uno de los factores influyentes en el trabajo infantil. Según los datos de las encuestas, la mayoría de los padres afirma que los ingresos familiares no son suficientes para poder cubrir todos los gastos: alimentación, vivienda, alimentación, vestimenta, transporte, etc. Un 50% de los padres afirma que los ingresos que reciben les alcanza para solventar únicamente el gasto de alimentación.

En el cuadro a continuación se detallan los sectores en donde se emplea mayor mano de obra infantil

Tabla No. 1 sectores con mayor mano de obra infantil

<b>Actividad de empleo</b>	<b>Porcentaje de niños</b>
Agricultura	66%
Comercio	15,5%
Manufactura	7,4%
Construcción	1,6%
Hoteles y Restaurantes	3,4%
Servicio doméstico	0,9%
Otros	5,2%

Fuente: INEC - ENTI, 2012

## **6. Investigación cuantitativa**

Para realizar la investigación cuantitativa se tomó en cuenta como universo a las viviendas de los Barrios Pisulí y la Roldós donde existen niños/as de 5 a 17 años. Se realizaron dos encuestas por separado: una a los padres de familia y otra a los hijos de estos padres. A continuación, se presentan los resultados más relevantes:

En la encuesta dirigida a los padres de familia, hubo la participación de la cantidad 60 encuestados y se tuvo un 67% de participación de mujeres. Puesto que en la mayoría de casos, eran ellas quienes estaban junto a sus hijos mientras trabajaban en la calle. Otra de las respuestas que se reveló fue que en un 83.3% tienen más de 5 hijos, razón por la cual no hay suficiente dinero y al menos los hijos e hijas mayores ayudan a sus padres en el trabajo ya sea

en el hogar o en la calle, mientras que los demás hijos en algún momento los acompañan a trabajar.

Por otro lado, el 50% de los padres de familia, afirman que sus hijos sí van a la escuela, pero el otro 50% dice que solo algunos, mientras hablamos con los padres de familia nos contaban que algunos de sus hijos deciden abandonar los estudios para poder dedicar más tiempo a trabajar y generar más ingresos o poder ayudar con las tareas del hogar. También les preguntamos cuál era la cantidad de tiempo que sus hijos invertían ya sea para acompañarlos o ayudarles en el trabajo, y el 50% dijo que, de 1 a 2 horas diarias, mientras que el 33,3% dijo que solo los fines de semana. Este comportamiento no lo ven como algo malo ya que estas personas lo perciben como una necesidad, obvio saben que sus hijos deben acudir a la escuela, sin embargo, el 66,7% de los encuestados afirma haber comenzado su actividad laboral, motivo por el cual asumimos que el ciclo de la pobreza en estas familias es muy difícil de romper por las condiciones en las que se encuentran.

Ahora, en el caso de las encuestas a los niños, se hizo un total de 84 y hubo una participación del 56,3% de hombres y el 43,8% de mujeres. En cuanto a la edad, el rango de edad que tuvo más participación fue entre 12 y 13 años con un porcentaje del 43,8%. Justamente porque eran los más grandes en comparación a los otros niños y por ende podíamos entablar una mejor conversación. Hubo un 75% de los encuestados que respondieron afirmativamente a la pregunta acerca de si asisten a la escuela, sin embargo, el 25% faltante respondió no asistían y los motivos eran que sus papás no les pueden mandar a la escuela en un 25%, mientras que el 75% era porque debían trabajar. Por otro lado, con lo que respecta a la pregunta de ¿qué realizan en su tiempo libre? El 56,3% de los niños respondió que trabajar, mientras que un 50% escogió la opción de jugar, lo que significa que

un poco más de la mitad de los niños en vista de la situación en la que su familia se encuentra debe dedicar tiempo a apoyarlos, en lugar de tener su desarrollo de forma normal.

## **7. Condiciones de trabajo de los niños**

Acorde a los datos de la ENTI, más de 100.000 niños y adolescentes se encuentran en situación de trabajo infantil. Desde la perspectiva de los padres, la oferta laboral de sus hijos está esencialmente impulsada por la necesidad de producir ingresos o bien, para dar apoyo de trabajo en beneficio de la familia o como aprendizaje para adquirir destrezas. La mayoría de los niños encuestados respondió que esta realidad la asumen, en gran parte, como una ayuda para la familia, pues muchos destinan los fines de semana en colaborar con el negocio familiar

El cuadro nacional de trabajo infantil indica que la mayoría de los niños trabaja en actividades agrícolas y ganaderas y la totalidad de estos niños son empleados como mano de obra no calificada. Bajo esta misma distribución, la mayor cantidad de trabajo infantil se encuentra en el sector primario (agricultura, pesca, minería, ganadería, etc.), en la zona rural y en la zona urbana se ve más trabajo en el sector terciario (servicios, industria, comercio). La tendencia según los datos de la UNICEF (2015) es similar para hombres y mujeres en los distintos rangos de edad. El porcentaje de niños que trabajan o acompañan a sus padres actividades relacionadas al comercio formal e informal es del 57,1%. El porcentaje que le sigue es el cuidado de los hermanos en el hogar, con un 14,3% al igual que las actividades en el campo. Por otro lado, gran parte de la población infantil se encuentra involucrada en el trabajo doméstico no remunerado. Un 13,5% de niños destina más de 14 horas de su tiempo semanal a tareas domésticas y alrededor del 40% de niñas que trabaja más de 15 horas en el

mercado laboral, dedica también más de 15 horas al trabajo doméstico a la semana. Del total, las que más realizan esta labor son las niñas. Las tareas domésticas comprenden el arreglo de la casa, la ropa, la preparación de alimentos, el cuidado de personas ayuda para las tareas escolares, entre otras.

“Con el término niños en situación de calle muchas sociedades reconocen a aquellas niñas, niños y adolescentes que realizan algunas o todas sus actividades en lugares públicos como las calles, plazas y mercados. En estos lugares trabajan, mendigan, se alimentan, se protegen, duermen; es decir, han desarrollado la capacidad de crear en la calle oportunidades para sobrevivir; aunque casi la totalidad de ellos han roto o mantienen un débil vínculo familiar” (Fundación Proyecto Salesiano Ecuador, 2016)

Siguiendo con esta línea, es posible decir que las condiciones de trabajo de los niños son bastante inseguras. Además de eso, existe una brecha que le quita ventaja a las niñas que trabajan en la zona rural, pues del total de las niñas que trabaja, un 94% de ellas, declara que no recibe ingresos. Solo un 30,5% de los adolescentes y niños trabajadores obtienen un ingreso económico. Esta declaración podría relacionarse con los deberes que realizan los niños, el lugar y tipo de trabajo, así como la relación de los niños con sus “empleadores” que no siempre son parientes suyos, indica la UNICEF (2015).

## **8. Causas del trabajo infantil en Ecuador**

Las razones que incentivan el trabajo infantil son varias: Las encuestas del Ministerio de Relaciones Laborales muestran que el 60,4% de niños trabajan para ayudar en su hogar; el 52,6% para adquirir destrezas, el 17,7% para separarse de las malas amistades y el 16,5% para no estudiar porque no les gusta o porque huyen de casa por problemas familiares. Del total de niños que laboran, el 75.1% acude a un centro de estudio y el 85% de ellos se encuentra

en educación básica. Aunque, “las niñas si tengan acceso a la educación y esto es un privilegio, hay algunas que asumen un rol temprano de cuidadora o se da el caso de que solo sus hermanos varones estudian” (Díaz, 2017).

La educación de los padres tiene una estrecha relación con el trabajo de sus hijos. En el 2012, la ENTI muestra que “la incidencia del trabajo infantil es 5 veces mayor para los hijos de padres sin instrucción alguna frente a aquellos con secundaria o superior”. Al mismo tiempo, el trabajo infantil se asocia mayormente con los padres “trabajadores a jornal y con los no remunerados”, lo que evidencia un vínculo con el trabajo en el campo, las actividades agrícolas y el comercio en general.

“Se percibe que la educación de la madre es clave en la probabilidad de no trabajar” (UNICEF). Es decir, tener una madre con instrucción superior eleva en 7,3% la probabilidad de que los niños no trabajen, y tener una madre sin educación la reduce en 5%. Bajo este ámbito, las variables vinculadas con la ruralidad y grupos indígenas son las que más evidencian la probabilidad de estar en estudio y trabajo, o sólo el último. La probabilidad de trabajar y estudiar tiene una relación con la participación de la madre en el mercado laboral. Esto está ligado con las el trabajo agrícola, pues las madres llevan a sus hijos con ellas para que realicen esas actividades junto a ellas. Otra forma en que las madres de los niños se vinculan con el trabajo es bajo los regímenes en los que les “permiten” estar acompañadas por sus hijos. Bajo este contexto, los niños se convierten en un apoyo para sus madres. En cierta medida, para poder abordar el problema del trabajo infantil es necesario tratar el tema de la educación.

Por otro lado, el hecho de que el padre no esté presente eleva la probabilidad de trabajar y no estudiar. Las estadísticas de la UNICEF indican que los hijos de padres que



trabajan en la agricultura o en el comercio enfrentan mayor probabilidad de trabajar; mientras que cuando los padres están vinculados a los servicios, la probabilidad de no trabajar se incrementa en 2,3% y la de trabajar sin estudiar se reduce en 2% (2015).

Estas condiciones mencionadas anteriormente se relacionan también con el hecho de que existan hogares monoparentales, con una presencia indígena alta. Otra variable que explica esta probabilidad es la ruralidad. Esto aplica tanto para el caso de “trabajo y estudio” como en el de “solo trabajo”. Otra variable significativa que explica el incremento de la probabilidad de “solo trabajo” frente a la de no trabajar, es el trabajo no remunerado del padre y la ausencia de éste en el hogar. También, la participación de la madre en el mercado laboral explicaría la relación entre “trabajo y estudio” y no trabajo: “los hijos de madres que están en el mercado tienen 75% más de probabilidad de estar en el régimen de “trabajo y estudio” que sin trabajar”, evidencia la UNICEF (2015).

Respecto a las condiciones laborales en que se encuentran los niños, existe un 16% de maltrato (incluyendo gritos, insultos, golpes o abuso sexual). Adicionalmente, la mitad de estos niños realiza trabajo en condiciones peligrosas. Los niños no tienen seguro social y son contratados como trabajadores no remunerados y cuentapropista. De los niños que trabajan y estudian, afirman que por trabajar tienen bajas calificaciones y no les alcanza el tiempo para jugar o, incluso, ir a la escuela.

## **9. Peligros y consecuencias del trabajo infantil**

La vinculación temprana al trabajo tiene repercusiones negativas en la salud de los menores y, a futuro, en la población adulta” (Amar & Madariaga, 2009: 26). En cuanto a los

daños que puede traer consigo este problema pueden ser a nivel físico, moral y psicológico. En el primer caso, al 12,6% de los niños les han gritado, al 4,2% de ellos los han insultado y al 2,6% de los menores los han golpeado según los datos de la primera encuesta Nacional de Trabajo Infantil (INEC- ENTI, 2012). A nivel moral, se atenta contra su dignidad en casos de explotación sexual como la pornografía y la prostitución; y por último, los daños psicológicos se ven cuando hay maltrato verbal como amenazas, insultos, humillaciones, etc.

Los niños que provienen de ambientes desfavorecidos, de grupos minoritarios o son apartados de su familia, se ven desprotegidos. En vista de que las condiciones laborales son desfavorables para los niños, esto genera que los empleadores puedan llegar a someterlos según su conveniencia. Por lo general las condiciones de trabajo son humillantes y atentan contra sus derechos principales de la niñez (Ramírez, 2015).

Sin lugar a dudas, el trabajo infantil genera consecuencias negativas en los niños que viven esta realidad. Entre ellos se pueden mencionar los problemas de salud como la desnutrición, la sobrecarga, el envejecimiento prematuro, la dependencia a las drogas, entre otros. Según los datos de La Primera Encuesta Nacional de Trabajo infantil (INEC-ENTTI, 2012) 4,3% de los niños trabajadores ha sufrido lesiones, fracturas o dislocaciones; 11,8% padece agotamiento por el trabajo, 3,2% ha tenido problemas en la piel; 2,8% ha tenido problemas respiratorios; 2,2% problemas en los ojos y 4,9% ha tenido fiebre.

## **10. La malnutrición como problema social**

La situación de los niños trabajadores hace que estos no posean una buena alimentación y este aspecto debemos tomar en cuenta, pues el comportamiento de los niños en edad escolar está “supeditado a los factores predominantes en la comunidad en que viven” (Aranceta, 2013). Según el presidente de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria, los

“hábitos alimentarios son de naturaleza compleja y están influidos por numerosos factores, aunque básicamente la tipología alimentaria está supeditada a la disponibilidad de alimentos, a los recursos económicos y a la capacidad de elección”. Varios estudios han revelado que el nivel socioeconómico, el patrón de consumo alimentario y las desigualdades en salud, tienen una estrecha relación. El autor afirma que el entorno social en el que el individuo desarrolla su vida condiciona su alimentación y las diferencias entre las clases sociales también han determinado la alimentación a lo largo de la historia” (Aranceta, 2013).

El término malnutrición hace referencia a la carencia, desequilibrio o exceso en la “ingesta de energías, proteínas y/ u otros nutrientes. La carencia de una ingesta alimentaria eficiente, que no satisface las necesidades de energía al cuerpo, lleva a la desnutrición (cit. en Palomeque, 2016)”. La UNICEF presenta tres tipos de desnutrición. Ellas se clasifican en: aguda, crónica y global. La primera se refiere a la insuficiencia de talla para la altura; la segunda tiene relación con el retraso de la altura para edad y la última habla del peso inadecuado para la edad. El otro problema en cuanto a la malnutrición es producido por el excesivo consumo de alimentos que trae como consecuencia el sobrepeso y obesidad respecto a la masa corporal.

Los índices del Ecuador en 2012 muestran que hubo 2,4% de desnutrición aguda, un 6,4% de desnutrición global y un 25,3% de desnutrición crónica. Estas cifras sin duda son alarmantes y, aunque en los últimos años han mejorado, no se ha podido eliminar este problema por completo. Tomando esto como base, es posible decir que “la desnutrición durante la infancia y la edad preescolar tiene efectos adversos tanto en el crecimiento, desarrollo cognitivo y salud” (cit. en Palomenque, 2016). El pediatra Nelson Marcdante afirma que la desnutrición impacta sobre el desarrollo cognitivo porque los niños son propensos a

tener déficit de atención. A esto se añade que los infantes pueden presentar dificultades en el aprendizaje, disminución del coeficiente intelectual, déficit de memoria, problemas en el desarrollo del lenguaje e incapacidad en la resolución de conflictos. Así mismo, los niños con desnutrición no tienen un buen sistema inmune dado que éste no ha podido desarrollarse de manera adecuada de modo que están expuestos a contraer infecciones como neumonía, sepsis y gastroenteritis. Sin duda, éstas son unas de las primeras causas de mortalidad infantil en el Ecuador (cit. en Palomenque).

### **11. Marco legal de nutrición en Ecuador**

En cuanto salud nutricional de los niños, el Estado ha identificado el problema de la obesidad y la desnutrición crónica como la doble carga de la malnutrición, y se están tomando medidas de prevención para combatirlas. La ministra Coordinadora de Desarrollo Social del Ecuador, Cecilia Vaca, destacó la acción del Gobierno ecuatoriano como “pionero en la región en implementar un sistema de etiquetado de alimentos procesados”. La directora de la Organización Panamericana de Salud (OPS) afirma que “es un gran logro lo que el Estado Ecuatoriano ha hecho” respecto a las medidas de etiquetado (UNICEF, 2014). En cuanto a éste, es conveniente que exista una regulación de la información que se facilita en los productos alimentarios sobre sus ingredientes, composición nutricional y otros datos de interés. Esta información será útil para que el consumidor pueda hacer una elección con mayor criterio. La normativa estará encaminada a evitar la publicidad engañosa y, al mismo tiempo, a conseguir un formato estandarizado que facilite su comprensión” (Aranceta, 2013).

Se quiere brindar ayuda en varios aspectos:

- a) sensibilizar al grupo, despertando su interés e importancia del tema.
- b) modificar estilos de vida, hábitos alimentarios
- c) crear un entorno que favorezca la adopción de estos cambios.

## **12. Datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición**

La ENSANUT-ECU (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición) revela que en Ecuador hay un crecimiento notable de la obesidad infantil, y por otro, continúa habiendo un alto el índice de desnutrición en menores de cinco años. A pesar de que éstas cifras han disminuido del 40,2% en 1986 al 25,3% en 2012, no se ha podido erradicar esta situación por completo. Frente a esto, el Representante de UNICEF señaló que, de acuerdo a la misma encuesta, existen personas que presentan ambos problemas. Es decir, hay niños que tienen problemas de sobrepeso y también desnutrición crónica. De igual manera, la encuesta revela que, en una misma familia, una madre podría tener obesidad y su hijo padecer desnutrición crónica (UNICEF, 2014).

## **13. Insuficiencia nutricional en el Ecuador**

En los grupos más vulnerables, los índices de retraso en la talla son notablemente más altos que en grupos socioeconómicos medio-altos. Los índices indican que en las poblaciones indígenas y madres sin educación hay un 10% mayor de incidencia en este aspecto, es decir la tasa de baja talla por edad rodea el 55%. En cuanto a los niños pobres que viven en la Sierra y en la zona rural, la incidencia es del 7% en el retardo de la talla. También existe una relación

entre la baja talla de los niños, la ubicación geográfica, la pobreza, la altura, la edad de los niños, la talla y características de la madre, según los datos del Banco Mundial (2007).

Las tres causas más relacionadas a la baja de talla por edad en los niños se deben a un consumo inadecuado alimentos, es decir el consumo de productos con bajo valor nutricional; otra causa es el bajo en el nacimiento y la presencia y mal manejo de las enfermedades en la infancia. Estas tres causas se relacionan entre sí, pues “la enfermedad puede reducir la ingesta de alimentos y ésta a su vez aumenta la vulnerabilidad a la enfermedad” (Banco Mundial, 2007). Esas causas inmediatas generalmente surgen en el hogar ya que el bajo ingreso de recursos económicos trae como consecuencia un bajo consumo de alimentos.

Existen otras causas relacionadas a la baja talla por edad afines al ámbito comunitario, del hogar e individual:

- Inadecuada alimentación complementaria
- Inadecuada cantidad y calidad del alimento (bajo valor nutricional)
- Inadecuada producción
- Inadecuado acceso
- Bajos recursos del Hogar
- Tamaño y estructura de la familia
- Infraestructura económica y social
- Edad al primer parto
- Espacio de tiempo entre partos
- Atención propia en embarazo
- Cuidados inadecuados de salud
- Bajo peso al nacer
- Mala nutrición y salud de la madre
- Mal estado de salud
- Inmunizaciones Monitoreo del crecimiento
- Cuidados Prenatales
- Prácticas inadecuadas de higiene
- Servicios inadecuados
- Servicios de agua y saneamiento
- Enfermedades diarreicas y respiratorias agudas
- Inmunizaciones inadecuadas
- Rutas de acceso
- Oportunidades para la generación de ingresos

- Mercados
- Escuelas accesibles y calidad de la educación
- Servicios de salud accesibles
- Calidad de la atención médica y suministros médicos

Según estudios almacenados en el Banco Mundial, “las mayores tasas de malnutrición crónica en el Ecuador se concentran en la Sierra rural, entre los más pobres y las poblaciones indígenas” (2007). La dieta diaria en las comunidades indígenas de la Sierra es pobre y tiene poca variedad. Por decir, los principales elementos son los cereales (especialmente cebada en forma de harina (máchica) o entera (arroz de cebada), los tubérculos (especialmente papas) y las habas. Otros cereales (maíz en las alturas menores y arroz como mercancía de élite) son consumidos con menor frecuencia, y las frutas sólo ocasionalmente (Weismantel 1988). En cambio, el queso y los huevos son bienes de lujo en la Sierra y por lo general la carne se consume únicamente en festividades.

#### **14. Peligros de la malnutrición infantil**

En cuanto a la nutrición de los niños trabajadores, hay una preocupación al respecto, pues al tener que pasar horas en el trabajo, acompañando a sus padres o en las calles, no se alimentan correctamente. Según, el Representante de UNICEF en Ecuador, “el tipo de alimentación que recibe una persona en sus primeros años determina en gran medida su calidad de vida en la adultez”. En este sentido, hizo referencia a la importancia de asegurar una buena nutrición desde el embarazo, fomentar la lactancia materna, regular los alimentos que reciben los niños y niñas, y en la promoción de hábitos alimenticios saludables en las familias durante todo el ciclo de vida” (UNICEF, 2014).

Uno de los de los grandes problemas que se deriva del trabajo infantil es la mala

nutrición de los niños trabajadores. De acuerdo con el documento de la Estrategia Nutricional “Intervención Nutricional Territorial Integral, la desnutrición deriva en:

- Baja estatura y menor inteligencia.
- Después de los 2 años, la desnutrición es irreversible.
- Dificultoso y bajo aprendizaje en la escuela.
- Menos oportunidades laborales.
- Adultos propensos a enfermedades crónicas.

Los niños con desnutrición no tienen la capacidad para formarse en las instituciones educativas regulares. Algunos alcanzan agudas deficiencias mentales, y desde ya se convierten en carga para sus familiares y para el país” (Ministerio de Educación, 2010).

## **16. Factores de riesgo de una mala nutrición**

Hay varias causas que pueden desarrollar una mala nutrición en los niños. Entre ellos se pueden mencionar los siguientes: la actividad física, la dieta y el entorno sociodemográfico. En cuanto a la dieta, podemos decir que en general, los países están atravesando por un cambio nutricional que se refleja en el alto consumo de alimentos que contienen carbohidratos, fibra y grasas (saturadas y simples). “El perfil de consumo alimentario se ha polarizado hacia productos con una mayor densidad calórica, menor densidad nutricional y también mayor ingesta de proteína”. Los restaurantes de establecimientos de comida rápida ofrecen, generalmente, alimentos con un alto contenido energético. Es decir, grasas en porciones gigantes como es el caso de las “hamburguesas de tamaño extra grande, un



refresco de tamaño extra grande y un trozo de tarta o similar” (Aranceta 2013).

Cada vez, aumenta más el número de personas que consumen empresas gastronómicas. Los consumidores visitan estos establecimientos entre una o dos veces al día, siendo las grandes ciudades las propulsoras de esto. Se dice que, “al menos el 20% de la población desde la edad escolar hasta el término de la edad productiva realiza la comida principal fuera de su domicilio. Esta situación se repite 5 días por semana durante 8-10 meses al año” (Aranceta, 2013). Generalmente, los consumidores no tienen opción de escoger la composición de su menú, de modo que su ingesta nutricional depende, en gran parte, “del acierto o desacierto de los responsables del suministro y tratamiento culinario de cada centro”, afirma Aranceta (2013). Tomando en cuenta eso, las circunstancias de los niños trabajadores los destina ser víctimas de eso o también verse obligados a adaptarse a los menús que ofrecen los comedores de las fundaciones que los reciben.

La urbanización es un agravante en la dieta y generalmente viene acompañada con una baja tasa de actividad física. Esto quiere decir que a mayor accesibilidad a dispositivos electrónicos y de entretenimiento, menor interés por el deporte (Marradám, 2012). Como “la alimentación y la actividad física son factores que condicionan la salud y el bienestar de todas las personas, especialmente en las etapas de crecimiento y desarrollo, los nuevos enfoques refuerzan la importancia de que el entorno favorezca la práctica de hábitos de alimentación y actividad física más saludables” (Aranceta, 2013).

A esto se añade la influencia familiar sobre la nutrición de los niños. “Algunos autores sugieren que los principales criterios que influyen en la elección de alimentos consumidos fuera del hogar son, por orden de importancia, el sabor, el precio, la conveniencia y, en último lugar, la composición nutricional”. “El niño adquiere sus hábitos alimentarios a medida que

crece y se desarrolla, de modo que en la etapa de aprendizaje, en buena medida influye el entorno familiar” (Aranceta, 2013). Hay estudios que han revelado la relación entre la violencia conyugal y la desnutrición de esos hijos. Comparando a los hijos de madres, cuya pareja ha ejercido algún tipo de violencia sobre ella, con hijos de madres que nunca han sufrido algún tipo de violencia conyugal, los primeros han sufrido de problemas alimenticios como la desnutrición y la anemia (Kishor & Johnson, 2006). Además, en muchos de los hogares de los niños trabajadores, la comida que se prepara no es rica en nutrientes de modo que los niños están propensos a crecer con un déficit de ciertos nutrientes.

### **17. Alimentación saludable para los niños en situación calle**

“La alimentación es el principal factor exógeno que condiciona el crecimiento y desarrollo del niño” Pero también ésta puede afectar a la capacidad de trabajo y aprendizaje de ellos, pues hay estudios que han revelado importante relación entre el nivel educativo y el modelo de consumo alimentario, explica Aranceta (2013).

La infancia y adolescencia son períodos de crecimiento y desarrollo en los que es crítico el aporte adecuado y suficiente de nutrientes que garanticen este proceso sin ocasionar efectos adversos, no sólo de manera inmediata, sino también a largo plazo. En este sentido, es muy importante considerar los niveles máximos aceptables de vitaminas y minerales en la dieta" (Aranceta, 2010). Como las primeras etapas de vida de las personas es cuando se empiezan a establecer los hábitos alimenticios, es de gran beneficio para los niños que empiecen a tener preferencia por los alimentos saludables como las frutas, verduras, granos, entre otros y procuren evitar todo tipo de alimentos malsanos como aquellos altos en sal, azúcar y grasa (PCRM, 2011).

"El uso de alimentos funcionales en la infancia y adolescencia está más orientado a mejorar el estado de salud y bienestar, y en particular potenciar determinadas funciones, más que a la prevención de enfermedades. Sin embargo, es importante tener en cuenta que el desarrollo de factores de riesgo y enfermedades crónicas que se manifiestan en la edad adulta comienzan a desarrollarse en la infancia. Por tanto, la ingesta de nutrientes en esta etapa puede contribuir a prevenir enfermedades que se manifiestan en etapas posteriores. Nos movemos en el campo de la prevención temprana de las enfermedades crónicas." "(Aranceta, 2010).

En vista de que el nivel socioeconómico y el nivel de instrucción de los jefes de hogar influye directamente sobre los niños a cargo, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición hace hincapié en la importancia de intervenir nutricionalmente sobre la población más propensa a caer en problemas alimenticios. Esto, con el propósito de mejorar el estado de salud nutricional de los niños, creando conciencia en sus padres y tutores acerca de la necesidad de tener una alimentación saludable.

La USDA (United States Department of Agriculture) elaboró una guía que cuenta con 10 sugerencias dirigida a la educación nutricional de los padres, puesto que ellos influyen sobre sus hijos. Se ha establecido cinco grupos de alimentos que aportan un buen estado nutricional a cada etapa de crecimiento. Cada uno de ellos aporta y beneficia de manera diferente a la salud, mantiene el cuerpo y previene de enfermedades. Estos grupos son los siguientes: granos, proteínas, lácteos frutas y vegetales.

Aranceta afirmará que "un alimento puede considerarse funcional si ha demostrado satisfactoriamente que afecta de manera beneficiosa a una o más funciones del organismo, más allá de sus efectos nutricionales, de manera que es relevante tanto para mejorar el

estado de salud y bienestar como para reducir alguno de los factores de riesgo de enfermedades" (2010). Es posible educar en la conducta alimentaria, así como en la sanidad y nutrición porque mediante criterios se puede promover la consecución de habilidades y la autonomía necesaria para alcanzar una dieta más saludable.

## **CAMPAÑA MÁS QUITO, MÁS NUTRICIÓN**

A pesar de que la comunidad internacional coopere con proyectos para encontrar una solución a este problema, "no se logra afianzar cambios sustanciales en el nivel de vida de niños y adolescentes en situación de calle. Queda como desafío el trabajar en procesos permanentes y sostenibles para la formación y ejercicio de su ciudadanía; que permitan el empoderamiento, la organización y la constitución de un movimiento social que reivindique y defienda sus derechos" (Fundación Proyecto Salesiano, 2016).

Habiendo mencionado lo anterior y después de una larga investigación, notamos que, en situación de pobreza, lo primero que se elimina es la educación, y por este motivo, trabajaremos junto con la Fundación Proyecto Salesiano para tratar la problemática de la salud nutricional de los niños que trabajan en las calles. Esta fundación es una Comunidad Educativa Pastoral Salesiana, que, a través de la pedagogía preventiva de San Juan Bosco, promueve y trabaja en el desarrollo integral de niños y adolescentes en situación de vulnerabilidad, especialmente en "situación de calle". Así mismo, se trabaja con sus familias para poder lograr su inserción en la sociedad con un proyecto de vida digno.

La propuesta educativa integral es un trabajo que se lleva a cabo con los niños y sus familias, de modo que, al promover la formación y la posibilidad de acceso a microcréditos,

los padres invierten en negocios que a futuro les permite salir de la situación de pobreza. De igual manera, el trabajo con los niños consiste en brindarles educación y formación integral para que ellos, al cumplir los 18 años, puedan insertarse en el mundo laboral. El seguimiento que se les da a los niños y sus familias es hasta que los participantes en los programas cumplan la mayoría de edad.

Si se compara la situación nutricional del Ecuador con las últimas décadas, se puede decir que el país se ha visto envuelto por una corriente global de cambios epidemiológicos y nutricionales que se expresan en transformaciones drásticas en cuanto a la composición demográfica del país. Estos reflejan alteraciones significativas en las personas y la vida de las familias de modo que hace al Ecuador “un país diferente al que fue en los años ochenta y del cual se conoce muy poco desde la perspectiva epidemiológica” (Freire, et al., 20014). El Ecuador es un país en transición por los cambios epidemiológicos que han surgido en las últimas décadas, de modo que se ha podido evidenciar problemas nutricionales, ya sea por déficit o sobrepeso a lo largo del ciclo de vida. Esta nueva perspectiva debería ser estudiada en toda su dimensión, dado que todavía no se reconoce como un problema de salud pública (Freire, et al., 2014).

Ante esa situación, la propuesta es fortalecer los hábitos nutricionales de los niños en situación calle, en vista de que este grupo es vulnerable, por la falta de recursos económicos a caer el problema de desnutrición, o malnutrición. Se ha visto que la educación nutricional de los niños está completamente ligada, no sólo a la actividad laboral de sus padres, sino también con su propia educación. En concreto, la propuesta sería educar a los niños y padres sobre la importancia de una buena nutrición. Por medio de diversas actividades, se buscará enseñar a los niños, padres y educadores a escoger alimentos cumplan con los requisitos energéticos y nutricionales necesarios para los menores. Por medio de la campaña “Más

Quito, más nutrición” s abordará esta problemática social para generar cambios en cuanto a la salud nutricional de los niños que se encuentran en situación de calle.

### **Línea de base**

La Unidad Educativa San Patricio está ubicada en el sector La Tola, en el Centro de la ciudad de Quito. Cuenta con aproximadamente 90 estudiantes, los cuales son provenientes de sectores marginales de la ciudad de Quito, de clase socioeconómica baja y que han sido acogidos por la Fundación Proyecto Salesiano por su situación de “niños trabajadores”. El enfoque de la investigación se centra en la calidad de salud alimentaria que estos niños poseen. Por tanto, realizaremos un estudio, acerca de los informes que se hacen periódicamente sobre el peso y talla de estos niños, para poder tratarlo con un especialista y asesorar de mejor manera a las personas encargadas de adquirir y preparar los alimentos. Una vez analizados los resultados se escogió al curso con mayores problemas de salud, para realizar actividades con los niños y además tener una capacitación con los padres de familia que puedan asistir.

Aproximadamente son 140 personas que se alimentan en el comedor de la Unidad Educativa San Patricio, de lunes a viernes, las mismas que al final de la investigación son las que se beneficiarán de las capacitaciones y talleres que se brindará al personal encargado de la comida. Son 10 personas que se encargan de servir y preparar la comida, que no necesariamente tienen una instrucción previa en nutrición, ya que son cocineras sin título profesional, voluntarios y maestros.

## Resultados Entrevista con el personal de cocina

Adriana López es la encargada de administrar todos los fondos de la “Unidad Educativa San Patricio”, incluyendo el presupuesto destinado para la comida. Ella es, además quién elabora el menú semanal que se servirá en el comedor, pero no cuenta con la asesoría de ningún experto en el tema para la elaboración del mismo. Ella afirma que la mayoría de cosas que compra son las esenciales como: aceite, arroz, hígado, pollo, harina, entre otras, pero que algunas cosas sobre todo enlatados y alimentos no perecibles son donaciones.

Por otro lado, las señoras Julia y María, quienes se encargan de recibir y almacenar la comida que trae el proveedor, tienen armarios y una refrigeradora para poder guardar los alimentos, pero después de la primera visita nos dimos cuenta de que los alimentos que necesitan refrigeración, no se los guarda en envases, sino que va directo en las separaciones de la nevera. Tampoco existe un adecuado manejo de la basura, todo va en un tacho de basura común. Lo único que tienen para limpiar es un desinfectante y LAVA para los platos y utensilios.

El menú que se sirve cuenta de sopa, plato fuerte y jugo y la señora María, asistente del comedor, afirmó que la variedad del menú depende de la semana, pues “hay días en que se pueden realizar varias combinaciones, pero hay otros que no y toca preparar los platos con lo que haya”. Por su parte, la señora Julia, nos dijo que lo que hace falta en el menú son las ensaladas, pero no se pone mayor interés en su preparación ya que a los niños ni a los profesores les gustan mucho los vegetales, únicamente cuando éstos tienen mayonesa. Aunque el personal de cocina reciba una capacitación de nutrición al año, cerca del mes de abril, no pueden aplicar del todo lo que aprenden ya que les “toca cocinar con las cosas que hay”, afirman las encargadas del comedor.

En una encuesta realizada a los padres de familia de la unidad Educativa San Patricio se encontraron los siguientes resultados:

- Un 63% de sus hijos come 3 o más veces al día, pero hay un 5% de los niños que come entre una y dos veces al día
- El 65% de los niños come entre una y tres veces por semanas frutas y verduras, el restante come más de tres veces por semana frutas y verduras
- Un 37% de los niños come entre una y dos veces por semana algún tipo de carne y un porcentaje similar come más de tres veces por semana algún tipo de carne.
- Cerca del 50% de los niños come entre una y dos veces por semana algún producto lácteo y un 9% no come nunca.
- El 74% de los niños come casi todos los días carbohidratos
- Un 46% de los niños se ha enfermado en el último mes (septiembre) y de ellos el 36% tuvo algún problema estomacal; un 15% gripe.
- La mayoría de los niños se baña todos los días, sin embargo, hay un 9% que se baña de vez en cuando (1-2 veces por semana) y un 31% se baña entre 3 y 4 veces por semana
- Un 27% de los niños no se lava las manos antes de comer

### **Antecedentes**

La pobreza es uno de los factores más influyentes, que hasta hoy, impide que el trabajo infantil se erradique por completo. De acuerdo, a los datos del INEC, el nivel de pobreza a nivel nacional llega al 25,35% y la pobreza extrema a nivel nacional se ubicó en



10,05% (2016). Este 35,40% de pobreza a nivel nacional afecta de diferentes formas a los menores que viven esta realidad, impidiendo que posean un adecuado desarrollo y mejores oportunidades, dando paso a que el ciclo de pobreza continúe y se vuelva a repetir la situación de niños trabajadores.

Sin embargo, la pobreza no es el único factor que facilita la situación de trabajo infantil, sino también la jurisdicción de nuestro país. Hasta antes del 2013, el código civil del Ecuador establece como edad mínima para casarse los 12 años en las mujeres y 14 años en los hombres. Esto componía una violación a los derechos de los niños ya que por medio de esta ley, a muchos niños y niñas se les impedía que pudieran gozar de su adolescencia a plenitud, terminar su educación y desarrollar la suficiente madurez y experiencia para poder enfrentar la vida.

Factores como política, legislación, situación económica y ciertos aspectos sociales de nuestro país, influyen y mantienen la situación de trabajo infantil en Ecuador. Ahora, en cuanto a los lugares donde hay mayor porcentaje de niños trabajadores, se encuentra la zona centro sur de la Sierra ecuatoriana y las provincias en donde se encuentra mayor presencia de esto son: Cotopaxi, Bolívar y Chimborazo, con un 20%, Por otro lado, cabe mencionar que, de todos los niños y adolescentes que viven en zonas rurales, el 15,5% de ellos trabaja; mientras que el 4,3% que vive en la zona urbana trabaja.

Hay que tomar en cuenta que aunque en los últimos años las cifras de niños trabajadores en nuestro país ha disminuido, aún existe un porcentaje de la población de niños y adolescentes entre 5 y 17 años que atraviesa por el trabajo infantil, y es de 8.56% a nivel nacional. El número de niños es de 359 597, de los cuales 62.8% son hombres y 37.2% son mujeres, según el Ministerio de Inclusión Social y Económica (2012).

La situación de trabajo infantil trae consigo distintos problemas no únicamente los que afectan al país, sino los que afectan directamente a los niños que viven esta realidad. En “1986 se llevó a cabo la primera encuesta nacional sobre la Situación Alimentaria, Nutricional y de Salud de la Población de Niños Ecuatorianos menores de Cinco Años –DANS-, que permitió obtener información a nivel nacional sobre las condiciones nutricionales de los niños ecuatorianos menores de 5 años, para cuatro grandes regiones del país (Costa urbana, Costa rural, Sierra urbana y Sierra rural) más Quito y Guayaquil, y por condiciones sociales. La encuesta DANS reveló que hay una elevada tasa de desnutrición aguda o emaciación, desnutrición global y desnutrición crónica o retardo en talla (Freire et al., 1988). De igual manera, se evidenció las deficiencias específicas de micronutrientes, en particular insuficiencia de zinc y hierro. A esto se añade una gran “desigualdad de las condiciones de salud y nutrición en niños entre la población urbana y rural, entre Sierra y Costa, y entre Quito y Guayaquil”, explica la autora.

En el Ecuador se ha visto el caso de los niños de edad escolar, entre 5 y 11 años en el que hay un 15% de ellos que tiene un retraso en la talla y un 29% que tiene sobrepeso/obesidad y este porcentaje se triplica a medida que aumenta la edad (Freire, et. al., 2012). Así mismo, la situación socioeconómica indica que en el quintil económico 1 (el más pobre) que hay mayor incidencia en el retraso de la talla; este porcentaje llega al 25,1%, en comparación con el quintil 5 que llega a un 8,5%. De igual manera, prevalece el sobrepeso/obesidad en el quintil 5 con un 41,4% si se compara con el quintil 1 que llega al 21,3% (Freire, et. al., 2012).

Cabe mencionar, que existen varios organismos e instituciones en Ecuador como el MIES( Ministerio de Inclusión social, el INFA (Instituto de la Niñez y la Familia) y MRL

(Ministerio de Relaciones Laborales), que junto con UNICEF en Ecuador, realizan “acciones de asistencia técnica y abogacía para que la sociedad ecuatoriana cuente con marcos legales orientados a garantizar la exigibilidad de los derechos de la niñez y la adolescencia, conforme los principios constitucionales y otros instrumentos de derechos humanos, ratificados y suscritos por el Estado ecuatoriano” UNICEF (2010). Teniendo en cuenta, la participación activa de todas estas entidades, sabemos que hay varias iniciativas, campañas y programas con entidades públicas y privadas, que luchan tanto para la erradicación del trabajo infantil como para promover una buena nutrición en los niños de Ecuador, sin embargo, no existe algo con los dos temas en conjunto. Lo que refiere a nutrición se enfoca en la importancia de la lactancia en los primeros años de vida de los niños en general, que entendemos esto sirve como prevención y mejora de toda la población, pero no hay una campaña enfocada únicamente a la adecuada nutrición de los niños trabajadores.

### **Justificación**

De acuerdo a la OIT (Organización Internacional del Trabajo), “el trabajo infantil es una violación de los derechos humanos que impide el desarrollo de los niños, comprometiendo a generaciones enteras y debilitando el capital humano del mundo”. Es evidente que esta situación, limita el adecuado desarrollo de los niños y adolescentes, y no ha podido ser erradicada completamente. Refiriéndonos específicamente a Ecuador, los antecedentes muestran que nuestra historia, la situación económica, la jurisdicción, entre otros factores son los que propician el trabajo infantil y permiten este tipo de trabajo siga estando vigente.

Sabiendo que el trabajo infantil es una violación de los derechos humanos que impide el desarrollo de los niños y compromete a generaciones enteras, debilitando el capital

humano del mundo, es necesario enfocarse en esta problemática para buscar soluciones que permitan mejorar esta situación.

Un niño en situación de calle tiene menos posibilidades de consumir alimentos que les aporten la energía necesaria. Si estos niños que no están tienen mayores problemas para prestar atención en la escuela, pues les da sueño, se distraen más fácilmente, etc. Al no tener la energía necesaria, muchos suspenden su ciclo escolar.

En otros casos, los niños en situación de calle, para no sentir hambre recurren al consumo de drogas, permitiendo que este ciclo de trabajo se vuelva a repetir y en un futuro sean adultos con problemas de salud. Si a los niños se les brindan herramientas y se los capacita para éstos puedan optar por alimentos ricos en nutrientes, contarán con la energía necesaria para asistir a la escuela. Esto les permitirá adquirir de mejor manera los conocimientos impartidos, terminar su educación y, por ende, encontrar mayores posibilidades para salir de la situación de calle. Esta problemática, se tratará, por tanto, desde el tema de salud alimentaria.

### **Objetivo general**

Promover un cambio de actitud en los responsables de los comedores de la Unidad Educativa San Patricio, en cuanto a la importancia de la salud nutricional de los niños que se alimentan ahí y despertar el interés en los niños sobre la importancia de su nutrición; en un periodo de cuatro meses.

### **Objetivos específicos**

1. Identificar las necesidades nutricionales de los niños trabajadores que se encuentran en Unidad Educativa San Patricio, mediante una encuesta base.
2. Crear un logo para la campaña “Más Quito, Más Nutrición” en el mes de septiembre.
3. Realizar 4 capacitaciones a los cocineros y educadores de la Unidad Educativa San Patricio en el tema de salud alimentaria y nutricional en los meses de septiembre a diciembre.
4. Generar conciencia y fomentar, en la comunidad general, los buenos hábitos nutricionales que promueven la adecuada elección de alimentos, por medio de tres BTL, en los meses de septiembre y octubre.
5. Elaborar un video para promocionar la campaña “Más niños mejor nutridos”
6. Crear cuentas de Facebook, Twitter e Instagram para publicar información, por tres meses, acerca de la campaña de nutrición infantil.
7. Conseguir *influencers* y un padrino que aporte cierta credibilidad a la campaña e influya en las redes sociales como prescriptor de la misma.
8. Crear y llevar a cabo un plan de medios para conseguir la cobertura de al menos 10 de ellos a lo largo de toda la campaña.
9. Crear y vender un producto comunicacional entre los meses de septiembre a diciembre, con el fin de recaudar fondos para el proyecto que se llevará a cabo en la Unidad Educativa San Patricio.
10. Generar material impreso para promover la campaña de expectativa, informativa y de recordación, respecto al tema de salud nutricional en niños trabajadores.
11. Organizar un evento de lanzamiento y uno de cierre en la Unidad Educativa San Patricio, en el mes de septiembre y diciembre, que estén relacionados con la campaña “Más niños mejor nutridos”.

12. Llevar a cabo un evento de recaudación de fondos para la Fundación Proyecto Salesiano en el mes de noviembre.
13. Realizar un activismo en el mes de diciembre que llame la atención de los medios de comunicación y abran la puerta a mejorar las políticas públicas.
14. Comprobar los cambios efectuados tras la campaña a través de una encuesta que se realizará en el mes de diciembre.
15. Proponer un plan nutricional que mejore los hábitos alimenticios de los niños trabajadores de la Fundación Proyecto Salesiano, como cierre de la campaña en el mes de diciembre.

### **Informe de actividades**

Junto con la Fundación Proyecto Salesiano y la apertura de la Unidad Educativa San Patricio, se logró llevar a cabo una serie de actividades cuyo fin era promover un cambio de actitud en un determinado público. En vista de que la Fundación Proyecto Salesiano acoge a niños que se encuentran en situación de calle y promueve su educación en la Unidad Educativa San Patricio, las actividades tuvieron lugar en las instalaciones de dichos lugares.

Evento de lanzamiento. - En las instalaciones de la Unidad Educativa "San Patricio" (UESPA) el día viernes 6 de octubre, se presentó la campaña a todos los estudiantes, profesores y voluntarios de la UESPA. Se les agradeció la apertura y la oportunidad de trabajar ahí y se contó brevemente sobre las actividades que se a realizarían en el trascurso de los meses siguientes. Finalmente, se les extendió les extendió la invitación para que sean parte de esta iniciativa, terminando con una corta dinámica para generar expectativa de las actividades

siguientes: se realizaron tres equipos y cada uno de ellos debía proponer una opción de desayuno, almuerzo y cena, que más les gustara, luego debían compartir su respuesta.

Capacitaciones. - Se nos pidió que realizáramos cuatro capacitaciones para el público específico con el cual estamos trabajando, sin embargo, consideramos que para nuestro tema no solo debíamos tratar con el grupo escogido, sino que también debíamos tener un acercamiento con las personas encargadas de la alimentación de aquellos niños. Por tanto, trabajamos con el personal del comedor de la UESPA y sus padres de familia.

La primera se llevó a cabo el día miércoles 11 de octubre con el personal del comedor: cocineras, ayudantes, profesores, voluntarios, entre otros. A todos estos se les pidió que asistan a las 4:00pm después de que acabaran sus actividades diarias para poder tener una capacitación enfocada en prácticas para una buena alimentación; así mismo se habló sobre prácticas de higiene y las porciones correctas que debe servirse en los platos. La capacitación finalizó con un taller en el cual participaron todos activamente. La capacitación y el taller fue dictada por la Nutricionista y profesora en la USFQ, Nancy Castro.

El día viernes 13 de octubre, se citó con los padres de familia en la UESPA para recibir de igual forma una capacitación, donde se les explicaría aspectos necesarios e importantes para una adecuada alimentación de sus niños. De igual manera, se les habló acerca de las precauciones a tomar en cuenta para evitar enfermedades y/o infecciones por falta de higiene. Esta capacitación fue dictada por la Nutricionista y profesora de la USFQ Nancy Castro.

Una vez capacitadas las personas encargadas de la alimentación de esos niños, se capacitó a los chicos. El nombre de la capacitación llevó el nombre de "Yo soy mi propio guardián de la

higiene”. Se invitó a expertos como el Dr. Eduardo Ulloa y el Dr. David Villamarín, quienes el lunes 16 de octubre, dieron la capacitación a los niños de “Mi Caleta” y el día martes 17 de octubre a los niños de la UESPA. Se habló acerca de la importancia de mantener una buena higiene: desde lavarse las manos, hasta los dientes. Además, se realizaron varias actividades complementarias para fortalecer el tema de los buenos hábitos alimenticios. Estas capacitaciones fueron las que más duraron, no solo por el tipo de material audiovisual y dinámicas que se realizó, sino por la cantidad de temas que se abarcaron en cuanto a salud general de los niños y adolescentes.

#### BTL “Jenga Gigante”

Para empezar, es necesario mencionar que esta idea fue basada en la idea de un BTL que se realizó en Colombia para la marca Quaker, y el objetivo era llegar a varias personas por medio de un juego, haciendo hincapié en los mensajes saludables y lo nutritivo y rico del producto. (link del BTL de Quaker- Colombia) [https://www.youtube.com/watch?v=Dkv\\_ckTi3X4](https://www.youtube.com/watch?v=Dkv_ckTi3X4)

Quisimos adoptar esa idea para implementar en la campaña, aplicado a la nutrición. Las cajas tenían escritas palabras de alimentos ricos en nutrientes y otras palabras de alimentos poco saludables. Las personas que participaban debían escoger los alimentos saludables e irlos poniendo encima de las otras cajas, a manera de torre, armando el jenga. El reto consistía en sacar la mayor cantidad posible de piezas sin que se caiga el juego. Mientras esto ocurría se les daba una explicación rápida acerca de las opciones que habían escogido. El Empezamos con la actividad el día sábado 4 de noviembre, a las 9h00 en el parque de La Carolina, en la ciudad de Quito. Replicamos la misma actividad en la USFQ el miércoles 8 de noviembre en el la entrada al hall principal y lo mismo el viernes 1 de diciembre en las instalaciones de “Mi Caleta”.



Capacitación USFQ. - La capacitación en la USFQ, se realizó el miércoles 22 de noviembre. Esta capacitación fue dirigida exclusivamente al público de la universidad: estudiantes, profesores, personas que tienen un estilo de vida acelerado (en cuanto a la cantidad de actividades que deben hacer) o para aquellas personas que tienen un estilo de vida más sedentario.

El tema de la capacitación fue “Alimentación plenamente consciente” dictado por la Nutricionista Paola Proaño. Ella hizo referencia a la poca atención que prestamos al momento de comer, e incluso, cómo elegimos, inconscientemente, nuestra comida; no la saboreamos, ni disfrutamos su sabor... por ende no se aprovecha de manera óptima todos los nutrientes que estos nos puedan brindar. Durante la capacitación se dieron consejos de cómo mejorar esta situación y cómo poder evitar la ansiedad de seguir comiendo.

Medios de comunicación. - Se elaboró con anticipación un boletín de prensa, que sería la manera de presentar la campaña a los medios de comunicación. En el boletín de prensa se comunicó el objetivo de la campaña, los eventos y actividades más importantes que estaban por realizarse. Se elaboró un plan de medios, el mismo que se utilizaría para planificar estrategias y buscar programas en los que podría tener una gran acogida la campaña. Se optó por programas que involucraran temas de salud, familia y/o comunidad. Una vez realizado esto, se hizo el contacto con radios para obtener entrevistas que nos permitieran tener contacto con los oyentes del programa y así responder las preguntas que tuviesen para nosotras.

Evento Recaudación de Fondos. - Para el evento de recaudación de fondos se buscó realizar una actividad que tuviera relación con el tema que estábamos abordando. Se pidió la

colaboración del Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo (CHAT) de la USFQ y, el Chef David Simbaña, nos asesoró en el proceso. Se dictó un curso de cocina navideña, que tuvo un costo de \$45 por persona e incluía todas las recetas, materiales. La duración del mismo fue de 4 horas de clase práctica donde se preparó un menú con recetas saludables, ricas, y navideñas. Esta temática se ajustó justo a las próximas fechas. Este evento se realizó el viernes 24 de noviembre en las instalaciones de la USFQ.

Producto. - Se elaboraron 100 recetarios de comida saludable, con una variedad de recetas que iban desde entradas, platos fuertes, postres y bebidas. Se buscaron recetas novedosas, ricas y nutritivas. Este artículo se realizó con la ayuda de nutricionistas de la USFQ, quienes previamente habían revisado y aprobado el contenido de este producto.

El costo del recetario es de \$5 por unidad y éste se ha venido en la USFQ, por medio de nuestras redes sociales y en algunas iglesias que nos han permitido venderlo después de las misas de los domingos. En vista que todo lo que recolectemos es para donarlo a la Fundación Proyecto Salesiano, hemos tenido un gran apoyo y acogida.

Activismo. - Para realizar el activismo, se escogió un día en el que los estudiantes de la UESPA no tuvieran clases. Siendo así, el miércoles 6 de diciembre, por fiestas de quito, nos permitieron asistir a las instalaciones de la UESPA para realizar esta actividad, en vista de que no podíamos exponer a los niños en las calles.

El activismo consistió en hacer partícipes activos a los niños y adolescentes, del cuidado de su nutrición; por ello, les pedimos que escriban sus deseos dentro de pliegos de cartulina que llevamos y colocamos en el piso, todos formaron un círculo e iban escribiendo lo que querían. Finalmente, para simbolizar el compromiso que ellos se hacían a sí mismos,

formamos un corazón enorme con personas como símbolo de bienestar y salud.

Cierre de Campaña. - El Coordinador del Proyecto Salesiano Ecuador nos pidió participar en la misa de acción de gracias por los 40 años de Fundación. Dentro de la misa realizamos la oración de los fieles, haciendo una petición a Dios por los resultados obtenidos de esta campaña. Al finalizar la misa, se realizó un compartir con los niños de la UESPA: hubo música, comida y juegos.

### **Resultados alcanzados e impacto de las actividades**

Evento inicial. - Al evento asistió toda la escuela; estuvieron presentes profesores, voluntarios, alumnos y el área directiva. Se logró hacer un juego, el cual atrajo la participación de los niños.

Capacitaciones. - Se capacitó al personal del comedor de la Unidad Educativa San Patricio (UESPA) con especialistas en nutrición. Asistieron a las capacitaciones, no sólo el personal de UESPA, sino de los otros comedores de la ciudad de Quito. Hubo bastante motivación por parte del personal en aprender nuevos hábitos alimenticios y prácticas de higiene aplicables a la realidad de los comedores. A la capacitación del personal asistieron nueve personas.

Se logró capacitar a 12 niños de la Fundación Proyecto Salesiano (Mi Caleta), que se encuentran en situación de calle en temas de: salud bucal, prácticas de higiene y buenos hábitos alimenticios. Los chicos se formaron en técnicas de cepillado y tomaron conciencia sobre las consecuencias de las enfermedades que podrían adquiridas por malas prácticas alimenticias, de higiene y cuidados bucal. Tuvieron gran interés en temas de salud nutricional,

cuestionándose acerca de su estado de salud actual y las mejoras de deberían hacer en cuanto a sus hábitos alimenticios. A los niños les gustó mucho la capacitación porque fue didáctica y se llevó material digital.

Se realizó una capacitación a los padres de familia de la Unidad Educativa San Patricio en temas de buenas prácticas alimenticias. A la capacitación asistieron cerca de 80 padres de familia. Aunque no hubo interés del 100% de los padres cerca del 50% de ellos, tuvo mucho interés por aprender a combinar los diferentes grupos alimenticios y las cantidades necesarias que debían comer sus hijos. Algunos padres, al final de la capacitación pidieron asesoría con la nutricionista, quien estuvo dispuesta a ayudarlos. Para el resto de lo padres, la capacitación les pareció una pérdida de tiempo ya que decían que debían estar trabajando y ésta fue muy larga, razón por la cual alguno se terminaron yendo.

Se capacitó, así mismo a aproximadamente 35 niños de nivel medio de la UESPA en temas de salud bucal, prácticas de higiene y buenos hábitos alimenticios. Los niños aprendieron a combinar bien los alimentos y las porciones adecuadas. Así mismo, la mayoría de los niños tomó conciencia acerca del poco valor nutricional de la comida chatarra y optó por consumir mayor cantidad de frutas y vegetales. A pesar de que los niños se distraían con sus compañeros, les gustó haber trabajado en equipo y cómo los unos enseñaba a los otros. En general les gustó la capacitación y a los profesores que estuvieron presentes.

- El 62% de los niños aprendió a armar un plato saludable, es decir combinar los diferentes alimentos: proteínas, ensaladas, carbohidratos y grasas; así como la cantidad de esos alimentos referente al plato.

- El 73% de los niños sabe las técnicas de cepillado
- Más de la mitad de los niños prefiere comer alimentos saludables, antes de comida chatarra
- El 81% de los niños está consciente de la importancia de mantener una buena higiene para cuidar su salud.
- El 90% del personal de cocina aprendió las técnicas de conserva de los alimentos frescos.
- El 95% del personal de cocina cree en la importancia de preparar comidas variadas y ricas en nutrientes para el desarrollo de los niños.
- El 30% de los padres de familia estaría dispuesto a cambiar sus hábitos alimenticios para mejorar la salud nutricional de sus hijos.

Se invitó a una especialista en nutrición a la Universidad San Francisco quien dio una charla sobre “Alimentación plenamente consciente”. A la capacitación asistieron 15 personas de las cuales la mayoría eran universitarios. Fue una capacitación experimental, lo cual gustó a la audiencia. De igual manera la charla despertó el interés de los asistentes por la campaña y futuras actividades.

BTL. - El BTL realizado en espacio público atrajo a familias y despertó el interés, sobre todo, de los padres de familia. Mientras los niños jugaban jenga, los padres recibían una pequeña capacitación sobre temas de nutrición.

El BTL realizado con los niños de la Unidad Educativa San Patricio generó un espacio de diversión para los chicos en el cual podían refrescar los conocimientos adquiridos en las

capacitaciones de nutrición. A pesar de que no se pudo realizar la actividad por más de 30 minutos, dentro del tiempo que se nos otorgó los chicos tuvieron interés por participar. Si bien se distraían entre ellos, aquellos a quienes les tocaba el turno, lo tomaban con mucha seriedad. Estuvieron presentes 15 niños de “Mi Caleta” entre grandes y pequeños.

El BTL realizado en la USFQ despertó interés en la comunidad haciendo reflexionar a los jóvenes universitarios acerca de su estado nutricional. Muchos de ellos tenían conocimientos básicos de nutrición, sin embargo, en su día a día no vivían de acuerdo a lo que sabían. El BTL les hizo concientizar sobre la importancia de escoger alimentos ricos en nutrientes. Hubo muchos comentarios positivos acerca de la actividad que se realizó, indicando que se debería hacer más campañas acerca de cómo tener una mejor nutrición en el ambiente estudiantil. El número de participantes fue de aproximadamente 60 personas.

Videos. - Por medio de un video de promoción se logró llegar a la comunidad en general con el objetivo de dar a conocer la campaña. El alcance general de los videos fue de aproximadamente 350 a 700 personas en redes sociales.

Redes sociales. - Se abrieron 3 cuentas de redes sociales, que permitieron promocionar las actividades a realizarse en la campaña, así como datos de interés en temas relacionados a nutrición. Las publicaciones lograron tener un alcance promedio de 120 a 300 personas. El número de seguidores y personas que dieron “like a la página de facebook” llegó a 158 en el transcurso de la campaña y la página de instagram alcanzó 140 seguidores.

Medios. - Se logró impacto en 12 medios de comunicación tradicionales como Radio, Prensa

y Televisión. En su mayoría fueron radios las que nos invitaron a entrevistas. En promedio las entrevistas duraron 30 minutos. La campaña salió en los siguientes medios:

- Diario la Hora
- Radio Hot
- Radio Cultura
- Radio Quito
- Radio Católica
- Radio Sucesos
- Radio Latitud
- Radio Activa
- Radio Comunitaria
- El ciudadano TV
- Radio Pichincha Universal

### Clipping

Medio	Día	Segmento / sección
Diario la Hora	22 de noviembre 2017	Noticias de Quito
Radio Hot	9 de noviembre 2017	Al fin solos
Radio CCE	10 de noviembre 2017	Noticias
Radio Quito	22 de noviembre de 2017	Familia
Radio Católica	1 de diciembre	Noticiero
Radio Sucesos	4 de diciembre	Familiar
Radio Latitud	23 de noviembre	Noticias
Radio Activa	1 de diciembre 2017	Invitados y entrevistas
Radio Comunitaria	14 de diciembre 2017	Comunidad
Ecuador TV	19 de diciembre 2017	El ciudadano tv
Radio Pichincha Universal	12 de diciembre 2017	Noticiero

Evento de recaudación de fondos. - Para el evento de recaudación de fondos tuvimos el apoyo

del Colegio de Hospitalidad y Artes Culinarias (CHAT). David Simbaña, chef de la Universidad San Francisco dictó el curso de cocina con temática navideña. En vista de los cupos eran limitados, habiendo capacidad para 20 personas, se logró completar el 85% de los mismos, permitiéndonos recaudar fondos para la Fundación. Los comentarios acerca del curso fueron positivos y se pidió que en una próxima ocasión se repita la actividad. Los asistentes estaban muy contentos y satisfechos con el curso, habiendo este cumplido sus expectativas. Contamos con la participación de estudiantes de gastronomía quienes voluntariamente quisieron ofrecerse a ayudar en el curso.

Evento final. - Al evento final asistió toda la escuela. Así como en el evento inicial estuvieron presentes los estudiantes de la Unidad Educativa San Patricio, profesores, voluntarios, el área administrativa y 17 sacerdotes. estuvieron presentes alrededor de 280 personas. La fundación nos agradeció por la gestión que hemos realizado ahí, invitándonos a seguir participando de futuros proyectos de vinculación con la comunidad

Producto. - Gracias a la colaboración de algunos chefs de la USFQ se elaboró un recetario de comida saludable, producto que se estuvo vendiendo por tres meses para recaudar fondos. No se lograron vender todos los recetarios hasta el cierre de campaña, sin embargo, se pudo vender más del 50% de ellos.

Activismo. - En el activismo estuvieron presentes cerca de 80 niños y adolescentes, quienes tuvieron el interés de participar y apoyar a esta causa. Se pintaron carteles con consejos para otros niños acerca de buenas prácticas alimenticias y para finalizar se formó un corazón gigante, símbolo de vitalidad y salud.



Influencers. - A la campaña se sumaron Macarena Valarezo, reconocida empresaria del país, Henry Richardson chef profesional y miembro de la cofradía hotelera, y Gutto, ganador de la voz Ecuador y embajador del día mundial de la alimentación por la ONU.

Fondos recaudados. - Una vez realizados todos los eventos y habiendo cubierto los gastos de los mismos, se logró recaudar \$200 para la Fundación Proyecto Salesiano. Los fondos serán destinados en la implementación de un huerto escolar en el comedor de Chillogallo.

#### **Objetivos alcanzados no esperados**

1. Nos invitaron a participar de una Sesión Solemne por los 40 años de la Fundación Proyecto Salesiano Ecuador, el jueves 7 de diciembre en la Asamblea Nacional. Esto fue como muestra de agradecimiento por el trabajo realizado.
2. Nos comprometimos a realizar dos huertos escolares en Chillogallo para la Fundación Proyecto Salesiano.
3. Una de las cosas que se implementarán en la Fundación, después de haber realizado nuestra campaña es un taller de cocina para los niños.
4. La cuña radial se pasará por un mes, a cada hora, en la Radio comunitaria XYZ

5. Se nos pidió conducir un programa radial permanente en el 2018, enfocado a la comunicación comunitaria, en la Radio Comunitaria XYZ. Dentro de la misma, se nos sugirió hacer radio teatro para el tema de salud alimentaria y finalmente apoyar en el proyecto del centro de investigación ciudadano para fortalecer las organizacionales sociales del sur de la ciudad.

### Presupuesto de campaña

Tabla No.2

Actividad	Detalle	Donación	costo
Inicio Campaña	Logo	\$4,80	
Capacitación personal de cocina	Manzanas personal cocina		\$3,44
	4 diplomas		\$2,37
	170 encuestas		\$5,97
Capacitación padres	platos		\$0,92
	Ampliaciones		\$2,17
	porciones de comida		\$14,86
	Stickers		\$4,35
	corte circular stickers		\$7,84
	Esferos		\$29,72
	30 cepillos de dientes y pastas	\$45,00	
	Chochos	\$34,00	
Evento de recaudación de fondos	Impresión Afiches/ Photobooth		\$ 5,00
	CHAT		\$268,80
	Chef		\$100,00
	Publicidad FB		\$ 21,00
Producto	Diseño Recetario		\$ 50,00
	Producto: recetario		\$316,00
Videos	Video de inicio de campaña	\$50	
	Video final		\$ 60,00
<b>Total Gastos</b>	\$		892,44
<b>Total donaciones</b>	\$		133,80

En el evento de recaudación de fondos se recaudaron \$711.

Se vendieron 65 recetarios, dejándonos un ingreso de \$325

Con los fondos recaudados se ha podido pagar los gastos de la campaña y se pudo destinar \$200 a la fundación. Estos recursos se implementarán en la construcción de un huerto escolar en el mes de enero.

Se espera seguir vendiendo recetarios hasta el final del año, con el propósito de obtener más fondos para esta causa.

## CONCLUSIONES

La incidencia y las condiciones del trabajo infantil, así como sus consecuencias en el desarrollo de los niños es un problema de política pública que debe ser tratado con urgencia. Por su parte, el trabajo infantil afecta negativamente al país en el ámbito económico y social: lo primero presiona los niveles salariales y el empleo adulto a la baja, mientras que lo segundo impide que los niños tengan la adecuada alimentación y desarrollo que sirve como futuro capital humano para la sociedad. A esto se suma que el trabajo infantil trae como consecuencia problemas físicos o de salud que afectan el desarrollo normal de los niños.

Se ha visto que el problema del trabajo infantil tiene mayor incidencia en las provincias de la Sierra, específicamente en la zona central y rural, donde, las condiciones de este trabajo son peores y, por lo general, suele haber mayor nivel de pobreza. Esto tiene una estrecha relación con la discriminación cultural, pues el mayor porcentaje de trabajo infantil se encuentra en la población que se identifica como indígena. Por otra parte, la falta de dinero, la migración, la cantidad y condición familiar, la ayuda en el negocio familiar y la adquisición

de destrezas/experiencias, son las causas principales para que se dé el trabajo infantil y muchas veces la familia se ve obligada acudir a esta situación.

Las condiciones étnicas, el tipo de trabajo de los padres (especialmente aquél ligado a la agricultura y el micro comercio urbano), la falta de escolarización de los padres (especialmente de la madre), explican los bajos ingresos familiares, lo cual da paso al trabajo infantil. Incluso, se puede “pensar que el régimen laboral de las madres “arrastra” a sus hijos e hijas” (UNICEF, 2015) y estos niños trabajan desde una corta edad.

El trabajo infantil provoca que se continúe con el ciclo “intergeneracional de pobreza, desigualdad y carencias de activos básicos para el desarrollo personal, aunque signifique un beneficio inmediato” (UNICEF, 2015). Este beneficio se aprecia en la supervivencia diaria de las familias, sin embargo, no contribuye en el bienestar familiar a largo plazo. Los niños que salen a trabajar lo hacen dadas las precarias condiciones económicas de la familia, muchas veces porque tienen que pagar deudas o no alcanza el presupuesto familiar. Al mismo tiempo, la familia, mira, muchas veces, el trabajo de los niños como una posibilidad para que ellos continúen con los negocios familiares en el futuro. En cambio, los niños aprecian su contribución económica al hogar y generalmente valoran menos el aporte que la educación puede brindarles en el futuro.

La valoración del trabajo infantil es de tipo cultural y social y el mayor índice de trabajo infantil en menores de 15 años. Las condiciones en las que trabajan estos niños son bajo “trabajador no calificado”, es decir, no tienen un contrato estable, no tienen acceso a beneficios o seguridad social, trabajan en lugares inusuales y el sueldo no llega a ser ni la

mitad de lo que ganaría un adulto. Cabe mencionar que el reemplazo del trabajo no remunerado por trabajo pagado implica un abandono progresivo de los estudios o de situaciones en que ambas actividades se comparten.

Mientras no cambien las condiciones socioeconómicas que obligan al trabajo infantil, hay que entenderlo como una realidad que debe ser valorada críticamente y protegida para disminuir los riesgos que dicho trabajo implica. Aunque se apoya la prohibición del trabajo peligroso, se estima que quienes deben trabajar deberían tener el derecho y el reconocimiento para hacerlo. Bajo una apropiada protección y supervisión, el trabajo es para los niños un medio de socialización, formación y autoestima. Por su situación de “pobreza, abandono y peligro” han visto en ella su espacio y modo de vida cotidiana.

En cuanto a la nutrición de los niños que se encuentran en situación de calle, podemos decir que este aspecto ha sido descuidado y no se han realizado campañas enfocadas a mejorar esta problemática. Los niños, por su parte, tienen gran interés por cuidar su salud alimentaria y la campaña “Más Quito, más nutrición” despertó en ellos el interés de adquirir buenas prácticas alimenticias, pues tomaron conciencia de que en la medida que ellos cuiden su salud y se nutran bien, a largo plazo no tendrán problemas relacionados a ello. La campaña alcanzó los objetivos esperados, generando un cambio de comportamiento en los niños en cuanto a su salud nutricional. Los niños que fueron capacitados aprendieron a combinar bien los alimentos, servirse porciones adecuadas a su edad y estatura, así como mantener una buena higiene. El pedido que se nos hizo fue seguir colaborando con capacitaciones y actividades en vista del interés de los niños y la acogida que tuvo el tema.

La campaña tuvo gran acogimiento en los medios de comunicación, generando

impacto en la comunidad y permitiendo que varias personas apoyaran esta causa, siendo así que tres personas reconocidas a nivel nacional quisieron ser portavoces de esta iniciativa. Por tratarse de niños trabajadores y su salud nutricional, siendo un tema aún preocupante para la sociedad, se ha visto el interés de los medios por seguir comunicando la campaña e invitándonos a ser parte de un grupo de investigación social que contribuya al bien comunitario.

Creemos importante dar seguimiento a la campaña, para que los frutos puedan extenderse y lo que se ha sembrado pueda perdurar en el tiempo. Se recomienda con ello, seguir involucrando a la comunidad para mejorar la situación de los niños en situación de calle.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aranceta, J. (2010). Alimentos funcionales y salud en las etapas infantil y juvenil. Madrid: Editorial Médica Panamerica, SA.

Aranceta, Javier. (2013). Nutrición Comunitaria. Barcelona: MASSON.

Banco Mundial. (2007). Insuficiencia Nutricional en el Ecuador. Washington, D.C. ISSN: 1726-5878

Del Águila, Ramírez. (2010). *Trabajo infantil masculino: los niños en las calles de la ciudad de Iquitos*. Tesis. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana. Loreto- Perú

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF. (junio, 2015). *Trabajo infantil en Ecuador: hacia un entendimiento integral de la problemática*. Recuperado el 11 de marzo de 2017 desde <https://www.unicef.org/ecuador/LIBRO-UNICEF-FINAL-BAJA.pdf>

Fundación Proyecto Salesiano. (enero, 2016). *Planificación estratégica 2016-2020*. Primera Edición. Proyecto Salesiano Ecuador: Quito.

Freire, W. (1992). *Desnutrición y condiciones socioeconómicas en el Ecuador*. Quito: Gráfica Araujo.

Freire, W. et. al. (2014). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición*. Primera Edición. Quito: Ministerio de Salud Pública del Ecuador. ISBN-978-9942-07-659-5

INEC. (marzo, 2016). *Reporte de Pobreza*. Recuperado el 11 de marzo de 2017 desde [http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/POBREZA/2016/Marzo\\_2016/Informe%20pobreza-mar16.pdf](http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/POBREZA/2016/Marzo_2016/Informe%20pobreza-mar16.pdf)

INEC. (2015). *Trabajo infantil en Ecuador: Hacia un entendimiento integral de la problemática*. 2017/03/14, de UNICEF Ecuador Sitio web: <https://www.unicef.org/ecuador/LIBRO->

UNICEF-FINAL-BAJA.pdf

Kishor, S. y Johnson, K. (s.f.). *Perfil de la violencia Doméstica*. Maryland: Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional.

Marradán, M. (2012). Tasación Nutricional en España durante la historia reciente. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*. 32 (2): 55-64

Ministerio de Inclusión social y económica. (2012). *Ecuador Disminuyó el trabajo infantil en 11%, en 6 años*. Recuperado el 10 de marzo de 2017 desde <http://www.inclusion.gob.ec/ecuador-disminuyo-el-trabajo-infantil-en-11-en-6-anos/>

Ministerio coordinador de Desarrollo Social. (s.f.). *Se reduce el trabajo infantil en el Ecuador*. Recuperado el 15 de marzo de 2017 desde <http://www.desarrollosocial.gob.ec/se-reduce-el-trabajo-infantil-en-el-ecuador/>

Ministerio de Educación. (2010). Crecimiento y Nutrición. 20 de julio de 2017, Sitio web: <https://educacion.gob.ec/crecimiento-y-nutricion/>

Molina, A., Cabrera, E., Moreno, L., Sharman M.A., & Cuevas, F. (2015). *Mapa de Pobreza y Desigualdad por consumo Ecuador 2014*. Instituto Nacional de Estadística y Censos y Banco Mundial (INEC-BM). Quito-Ecuador. ISBN 978-9942-07-982-4

Organización Internacional del Trabajo. (10 de junio de 2015). *Informe mundial sobre el trabajo infantil*. Programa Internacional para la Erradicación del Trabajo Infantil ISBN: 978-92-2-329689-6

Palomeque A. (11 de agosto de 2016). *Cómo influye el ambiente durante la comida sobre el peso y talla en niños entre 1,5 y 5 años de edad de los centros de educación inicial del Quinche, Tababela, Lumbisí, Comuna Central y Collaquí*. USFQ: Tesis

Ramírez, M. (20 de abril de 2015). Niños del Ecuador. Descubriendo los derechos infantiles del Ecuador. Recuperado desde <http://www.humanium.org/es/america/ecuador/>



Santos, C. (2014). *La Educación Social como Solución Efectiva para la Erradicación del Trabajo Infantil en el Ecuador*. USFQ: Tesis

Tobar, C. (21 de marzo de 2017). Entrevista personal.

Unicef. (2010). Erradicación del Trabajo Infantil. 26/08/2017, de UNICEF ECUADOR Sitio web: [https://www.unicef.org/ecuador/policy\\_rights\\_23141.htm](https://www.unicef.org/ecuador/policy_rights_23141.htm)

OMS. (2017). *Nutrición*. Recuperado el 20 de julio desde: <http://www.who.int/topics/nutrition/es/>

Osorio, F. (2012). *Hijos perturbadores, negativistas y desafiantes*: Novedu: Buenos Aires

PCRM. (2011). *La alimentación de los niños: un enfoque nutricional para mantenerse saludable toda la vida*. Comité de médicos con una medicina responsable. Recuperado desde <https://www.pcrm.org/sites/default/files/nutricion-para-los-ninos-2016.pdf>

UNICEF Ecuador. (28 de agosto de 2014). *UNICEF resaltó la necesidad de promover una alimentación saludable para combatir la obesidad y desnutrición infantil*. Recuperado desde [https://www.unicef.org/ecuador/media\\_27842.htm](https://www.unicef.org/ecuador/media_27842.htm)

USDA. *Children*. Recuperado el 4 de agosto de 2017 desde <https://www.fas.usda.gov>

Weismantel, M. (1998). *Race in the Andes: Global movements and popular ontologies*. Gran Bretaña: Pergamon. DOI

## ANEXOS

### Modelo de encuesta

1. ¿Cuántas veces come al día su hijo/a?

1-2 veces al día \_\_\_\_\_ 2-3 veces al día \_\_\_\_\_ más de 3 veces al día \_\_\_\_\_

2. ¿Cuántas veces por semana su hijo/a come frutas y verduras?

Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces a la semana \_\_\_\_\_ 2-3 veces a la semana \_\_\_\_\_ más de 3 veces \_\_\_\_\_

3. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come fuera de su casa? Es decir, comidas que no son preparadas por usted o su familia

Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces a la semana \_\_\_\_\_ 2-3 veces a la semana \_\_\_\_\_ más de 3 veces \_\_\_\_\_

4. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come: carne, pescado, pollo o chancho?

Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces a la semana \_\_\_\_\_ 2-3 veces a la semana \_\_\_\_\_ más de 3 veces \_\_\_\_\_

5. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come: leche, yogurt, queso?

Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces a la semana \_\_\_\_\_ 2-3 veces a la semana \_\_\_\_\_ más de 3 veces \_\_\_\_\_

6. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come: pan, arroz, papas, verde, yuca?

Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces a la semana \_\_\_\_\_ 2-3 veces a la semana \_\_\_\_\_ más de 3 veces \_\_\_\_\_

7. ¿En el último mes su hijo se ha enfermado?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

8. ¿Cuándo fue la última vez que su hijo fue al doctor?

\_\_\_\_\_

9. ¿Cuántas veces a la semana se baña su hijo/a?

A veces \_\_\_\_\_ 1-2 veces a la semana \_\_\_\_\_ 2-3 veces a la semana \_\_\_\_\_ todos los días \_\_\_\_\_

9. ¿su hijo/a se lava las manos antes de comer?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_ Nunca \_\_\_\_\_

10. Al momento de comer ¿Se sienta la familia junta en la mesa?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_ Sólo los fines de semana \_\_\_\_\_

**Antes y Después de la capacitación Padres:**

1. ¿Qué tan bueno considera que es mantener alimentos como carne, aves, pescado, mariscos, productos lácteos o alimentos cocinados en un lugar frío o en el refrigerador?

1. No es bueno  2. No lo sé/ No estoy seguro/a  
 3. Es bueno

2. ¿Me podría decir por qué?

\_\_\_\_\_

3. ¿Qué tan bueno cree que es lavar las verduras y frutas antes de comer?

1. No es bueno  2. No lo sé/ No estoy seguro/a  
 3. Es bueno

¿Me podría decir por qué?

\_\_\_\_\_

18. ¿Qué tan difícil es para usted lavar las verduras y frutas antes de comerlas?

1. No es difícil  2. Regular/ No lo sé/ No estoy seguro/a  
 3. Difícil → ¿Me podría decir por qué es difícil?

\_\_\_\_\_

**Cuestionario: Refrigerios Saludables**

1. ¿Usted sabe lo que es un refrigerio saludable?

- SI  NO  A veces /ocasionalmente \_\_\_\_\_  
 Si su respuesta es sí, explique \_\_\_\_\_

2. Con qué frecuencia come, galletas oreo, doritos o similares?

- Todos los días \_\_\_\_\_ Pasando un día \_\_\_\_\_ Dos veces por semana \_\_\_\_\_  
 Una vez por semana \_\_\_\_\_ Nunca \_\_\_\_\_ Tres veces por semana \_\_\_\_\_

3. ¿Con qué frecuencia toma bebidas gaseosas?

- Todos los días \_\_\_\_\_ Pasando un día \_\_\_\_\_ Dos veces por semana \_\_\_\_\_  
 Una vez por semana \_\_\_\_\_ No toma \_\_\_\_\_

4. Cuando va al mercado, ¿compra dulces chocolates o galletas para el consumo semanal?

- SI  NO  A veces /ocasionalmente \_\_\_\_\_  
 ¿Qué cantidad?.....

5. ¿Qué tan bueno cree que es consumir este tipo de alimentos?

1. No es bueno  2. No lo sé/ No estoy seguro/a  
 3. Es bueno

¿Me podría decir por qué?

\_\_\_\_\_

6. ¿Qué tan bueno cree que es tener tres comidas al día?

- No es bueno \_\_\_\_\_ No lo sé \_\_\_\_\_ No estoy seguro/a \_\_\_\_\_ Es bueno \_\_\_\_\_  
 ¿Me podría decir porque no es bueno?.....

1

**Padres solo antes**

En este cuestionario se le van a hacer preguntas para conocer los hábitos alimentarios de su hijo/a. Si tiene alguna duda preguntarnos.

**Frecuencia de consumo**

1. ¿Cuántas veces come al día su hijo/a?  
 1-2 veces \_\_\_\_\_ 2-3 veces \_\_\_\_\_ Más de 3 veces \_\_\_\_\_

2. ¿Cuántas veces por semana su hijo/a come frutas y verduras?  
 a. Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces \_\_\_\_\_ 2-3 veces \_\_\_\_\_ Más de 3 veces \_\_\_\_\_

3. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come fuera de su casa? Es decir comidas que no son preparadas por usted o su familia.  
 Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces \_\_\_\_\_ 2-3 veces \_\_\_\_\_ Más de 3 veces \_\_\_\_\_

4. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come: carne, pescado, pollo o chanchito?  
 Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces \_\_\_\_\_ 2-3 veces \_\_\_\_\_ Más de 3 veces \_\_\_\_\_

5. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come: leche, yogurt, queso?  
 Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces \_\_\_\_\_ 2-3 veces \_\_\_\_\_ Más de 3 veces \_\_\_\_\_

6. ¿Cuántas veces a la semana su hijo/a come: pan, arroz, papas, verde, yuca?  
 Nunca \_\_\_\_\_ 1-2 veces \_\_\_\_\_ 2-3 veces \_\_\_\_\_ Más de 3 veces \_\_\_\_\_

7. ¿Qué tipo de aceite / manteca compran en la casa, nos podría dar la marca?  
 \_\_\_\_\_

**Enfermedad**

1. ¿En el último mes su hijo se ha enfermado?  
 Si  No  Si la respuesta es sí ¿que enfermedad tuvo?

No sabe no responde \_\_\_\_\_  
 2. ¿Cuándo fue la última vez que su hijo fue al doctor?  
 No sabe/no responde \_\_\_\_\_

**Higiene**

1. ¿Cuántas veces a la semana se baña su hijo/a?  
 1-2 veces \_\_\_\_\_ 3-4 veces \_\_\_\_\_ todos los días \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_

2. ¿su hijo/a se lava las manos antes de comer?  
 Si  No  A veces  Nunca \_\_\_\_\_

**Hábitos alimenticios en casa.**

1. Al momento de comer ¿Se sienta la familia junta en la mesa?

Si  No  A veces  solo los fines de semana

2. Al momento de comer ¿Comen viendo la televisión?  
 Si  No  A veces \_\_\_\_\_

2

### Encuesta Personal

1.-Después de preparar la comida, los platos, utensilios y superficies de la cocina terminan sucios. ¿Puede describir la manera en que frecuentemente los limpia?

---

---

---

2.- ¿Cómo guarda los alimentos que se dañan como la carne de res, ave, pescado, leche o queso?

---

---

**3.- ¿Por qué se debe evitar el contacto de los alimentos crudos con los alimentos cocinados?**

Por ejemplo, imagine que ha tomado un pan que se va a comer, y recuerda que tiene que mover algo de la cocina. Mientras usted realiza esa actividad, coloca el pan en una tabla donde cortó pollo crudo ¿Por qué esto no está bien o no es recomendado?

---

4.- ¿Cuándo prepara la sopa o estofado, ¿cómo sabe que ya está cocinado y listo para comer?

---

---

5.- ¿Me puede dar ejemplos de alimentos que deben mantenerse en un lugar frío o refrigerador?

---

---

6.- ¿Por qué se debe evitar que las sobras de alimentos se mantengan a temperatura ambiente por más de dos horas?

---

---

7.- ¿Qué se debe hacer antes de comer las verduras y frutas crudas?

---

---

## Evaluación respuestas Personal

1) Después de preparar la comida, los platos, utensilios y superficies de la cocina terminan sucios. ¿Puede describir la manera en que frecuentemente los limpia?

- Desecha los restos de comida a la basura  
 Lava las superficies con agua caliente  
 Lava las superficies con jabón  
 No sabe/No contesta

2) ¿Cómo guarda los alimentos que se dañan como la carne de res, ave, pescado, leche o queso?

1. En el refrigerador (menos de 5°C)
2. Los cubre (los protege de insectos, ratones, moscas y polvo)
3. Los separa de los alimentos cocinados o listos para comer
4. Otro
5. No sabe/no contesta/No responde

3.- ¿Por qué se debe evitar el contacto de los alimentos crudos con los alimentos cocinados?

† Los alimentos crudos contienen microbios (se pueden transmitir a los alimentos cocinados)

† Otro

† No contesta/No sabe

4. - ¿Cuándo prepara la sopa o estofado, ¿cómo sabe que ya está cocinado y listo para comer?

† La sopa o estofado hirvió al menos 1 minuto

† Otro

† No sabe

5. - ¿Me puede dar ejemplos de alimentos que deben mantenerse en un lugar frío o refrigerador?

Alimentos que se dañan

- † Carne
- † Visceras
- † Aves
- † Pescados
- † Mariscos
- † Productos lácteos
- † Alimentos cocinados
- † Otro
- † No sabe/no contesta

6. - ¿Por qué se debe evitar que las sobras de alimentos se mantengan a temperatura ambiente por más de dos horas?

† Porque los microbios se multiplican rápido y pueden causar enfermedades

† La comida ya no es segura para comer

† La temperatura hace que la cantidad de microbios crezca

† Otro

† No sabe/No responde

7. - ¿Qué se debe hacer antes de comer las verduras y frutas crudas?

† Lavarlas con agua limpia

† Otro

† No sabe/no responde

